



Tibetan Buddhist Resource Center

Text Scan Input Form - Title Page

Work:	W1KG17382	ImageGroup:	I1KG17405
LCCN:	2003313733	ISBN:	n/a

Title:	གཏུའི་བཅད་སྒྲ། gang+gA'i bzhad sgra/
Author:	n/a
Descriptor:	n/a
Original Publication:	n/a;n/a
Place:	dharamsala, district kangra, h.p.
Publisher:	college for higher tibetan studies
Date:	2001-
Volume:	22
Total Volumes:	25
TBRC Pages:	2
Introductory Pages:	n/a
Text Pages:	n/a
Scanning Information:	Scanned at M/S Satluj Infotech Images, E-45, Sector 27 Noida, District Gautam Buddha Nagar, U.P. 201301 via New Delhi, IN for the Tibetan Buddhist Resource Center, 150 17th st., New York, NY 10011, U.S.A 2006. Comments: 5/2014



महाराष्ट्र

འཕྲིན་ལྷན་ཁང་།

Class No:

Acc. No. D:

ETNA (Manuscript)

ETNA (Manuscript)

ETNA (Manuscript)

ETNA (Manuscript)

ETNA (Manuscript)

ETNA (Manuscript)

ETNA (Manuscript)

ETNA (Manuscript)

ETNA (Manuscript)

ETNA (Manuscript)

ETNA (Manuscript)

ETNA (Manuscript)

ETNA (Manuscript)

ETNA (Manuscript)

ETNA (Manuscript)

ETNA (Manuscript)

ETNA (Manuscript)

ETNA (Manuscript)

ETNA (Manuscript)

ETNA (Manuscript)

ETNA (Manuscript)

ETNA (Manuscript)

ETNA (Manuscript)

ETNA (Manuscript)

ETNA (Manuscript)

ETNA (Manuscript)

ETNA (Manuscript)

ETNA (Manuscript)

ETNA (Manuscript)

ETNA (Manuscript)

ETNA (Manuscript)

ETNA (Manuscript)

ETNA (Manuscript)

ETNA (Manuscript)

ETNA (Manuscript)

ETNA (Manuscript)

ETNA (Manuscript)

ETNA (Manuscript)

ETNA (Manuscript)

ETNA (Manuscript)

ETNA (Manuscript)

ETNA (Manuscript)

ETNA (Manuscript)

ETNA (Manuscript)

ETNA (Manuscript)

ETNA (Manuscript)

ETNA (Manuscript)

ETNA (Manuscript)

ETNA (Manuscript)

ETNA (Manuscript)

ETNA (Manuscript)

ETNA (Manuscript)

ETNA (Manuscript)

ETNA (Manuscript)

ETNA (Manuscript)

Library of Tibetan Works & Archives
(Headquarters of H H the Dalai Lama)
Gangchen Kyishong, Dharamsala H E

འཕྲིན་ལྷན་ཁང་།

ཕྱི་མི་དྲུག་པ་ ༣༣

ཕྱི་མི་དྲུག་པ་

ཕྱི་མི་དྲུག་པ་ཕྱི་མི་དྲུག་པ་

ཕྱི་མི་དྲུག་པ་ཕྱི་མི་དྲུག་པ་

ཕྱི་མི་དྲུག་པ་ཕྱི་མི་དྲུག་པ་

ཐུང་འདོན་ཐེངས་ ༣༣

2013.2

དཀར་ཆག

contents

དབྱེ་ཚུལ།

- ཁྱིམ་འཁྱུག་གི་བདག་དབང་གནང་མིན་ལ་དབྱེ་བ།འཕྱོག་རྩ་ཆོས་དར། (1)
- བོད་ཀྱི་“ཆོས་རིག་ལོ་རྒྱུས་”ཞེས་པའི་བདེ་ཆད་དང་དེའི་ཁྲབ་ཁོངས་ལ་དབྱེ་བ།བཙན་མེ་སྟག། (7)
- ནམ་དབྱེ་དང་ཆིག་མཉམ་གྱི་གོ་དོན་ཐད་ལ་ཅུང་ཟད་ཅིག་དབྱེ་བ།ཐེན་པ། (12)
- འབྲུག་གླེང་བའི་གཏམ་སྟོག་ལ།དཔལ་གྱུང་ཁྲི་བ། (24)

འབོལ་ཚུལ།

- ཆོས་རིག་དང་ཕྱག་ས་འདུན།རྟ་མགིན། (33)
- 《མི་རབས་གསར་བའི་སྤྱི་ཚུལ་ཁམས་ཀྱི་འཕར་ལྗོངས་》བསྒྲགས་པའི་ཕྱོང་ཆོར།འཕྱོག་རྩ་ཆོས་དར། (37)
- སྟོན་རྗེས་ལས་འཕྲོས་པའི་གཏམ་གྱི་གྲིའི་མི་ལྟས་ལ་སྦྱར་བ་མཛུབ་ཀེར་ལ།ཤར་སྟེལ། (40)
- སྒྲུང་ཆུལ་སྦྱོར།ཕྱེད་གེ་ཀམ་ནམ་དག། (44)

སྟོལ་རྒྱན་སྟན་དག

- ངམ་ཕྱག་ས་ཀྱི་སེམས་འཕྲིན།བསྟན་འཛིན་རབ་རྒྱས། (50)
- ཆིག་སྟེལ་འབོད་པའི་དབྱར་ར།རིལ་བསམ་དཀར། (51)
- བཙན་དྲངས་ལས་འཁྲུངས་པའི་སྟོན་དང་བོད་དཀྱིལ་གྱི་མེ་ཉལ།ཕུར་ཕུན་རྟོ་རྟེ། (54)
- མགྱུར་སྤྱིངས་སེམས་ཀྱི་རོལ་མོ།བསྟན་འཛིན་སྐར་མོ། (55)
- སྟན་དག་པ་བྲག་ས་ཅན་ཡིད་དམ་ཆེ་རིང་གི་རྗེས་སུ་འབྲངས་པ།ནག་ཆུ་སྟོ་བཟང་བཟོད་པ། (56)

ཞགས་པ་མ། གནས་ལྷགས་མ།	ཤར་སྐྱེས།	(59)
འབྲུག་རོམ་ཁྱོད་ཀྱི་མེ་དཔུང་།	སྒྲིང་མིག།	(60)
འདི་ནའང་བོད་མི་རིགས་ཀྱི་དཔའ་བོ་ཞིག་	འབྲི་རུ་འབྲོང་རུར་མོ་ཉ།	(62)
མོ་རྒྱལ་ཀྱི་ནག་ཐིག་མ་ཤེས་ན། ད་དུང་ང་ཚོ་འདི་ལྟར་འབྲེལ་སྟེ།	ཆངས་སར་འཕྲིན་ལས།	(67)
ངའི་མེས་མ་གྱི་ཁྲ་བ།	འབྲི་རུ་སྐལ་བཟང་འབྲོ་མགོན།	(69)
རྒྱན་ཀྱི་མོ་ཉ།	འདབ་བ་ཆེ་དབང་མགོན་པོ།	(70)
དདུངས་པའི་རང་བྱུང་གི་མངའ་སྡུག་	ཆངས་སྐལ་ཀྱན་དགལ།	(76)

རང་མོས་སྒྲན་དག

གཙང་རུལ་མ་གསུམ།	འབྲི་རུ་སྐལ་བཟང་འབྲོ་མགོན།	(79)
འཕེ་གོ་ས་འཕར་བྱུང་།	དག་དབང་སྒྲན་གྲུག།	(81)
དཔེ་ཆ་དང་མངའ་ས་མའི་འབྲུག་ཚོད།	སྒོ་མེ་གཤགས་པ།	(82)
ཨ་མ་དང་ལྷ་སྐྱུང་།	བཅན་མེ་སྟག།	(83)
བདག་དང་བདག་གི་རྣམ་ཤེས་ཀྱི་ཁོར་ལུག་	ཆངས་སར་འཕྲིན་ལས།	(84)
རྒྱང་གླ།	མོ་རུ་ཆེ་རིང་།	(86)
ཉི་ཁྲའི་དུར་བྱང་།	དགོན་མཆོག་བསྐྱན་འཛིན།	(87)

རྒྱུད་ཚོན།

རྒྱང་གླ།	ཤེས་རབ་ཡོན་ཏན།	(89)
ཀྱན་ཁྲབ་ཀྱི་བསམ་ཁྲོ་དང་། སྤྱི་ཡོངས་ཀྱི་འགན་འཁུ།	སྒོ་བཟང་བསྐྱན་འཛིན་ཉི་མ།	(90)
ཡུ་ཉིས་ཁྱི་རའི་སྒོ་བྲོས།	བསྐྱན་འཛིན་དགེ་བཟང་།	(93)
རུས་དཔོན་སྤྱི་ཡ་ཏལ་གྱིས་ཨ་རིའི་སྟོད་འཛིན་ལ་སྤྱིངས་པའི་འཕྲིན་ཡིག་	ཁ་བའི་བྱ་བསོད་ནམས།	(97)

བཟུམས་སྐྱུང་།

ས་སྟོད་ཀྱི་ཆག་སྟོ།	བ་སངས་ལི།	(101)
འབྲོད་གདུང་།	ཡེ་ཤེས་བསམ་གཏན།	(108)
བ་ཡུལ་ལ་བྱིར་ལོག་པ།	རིལ་བསམ་དཀར།	(118)
གྲེས་བྲལ་གྱི་ན་རྒྱག་	བརྒྱ་ཚོས་སྟོན།	(128)

ཚུམ་སྤྲིག་པའི་སྐད་ཆ།

ཚུམ་སྤྲིག་རིག་པ་ལ་སློབ་སྦྱང་གི་དེ་ཙམ་ཡང་མི་བྱ་བའི་དེད་ཅག་ལ་མཆོན་ན། ཚུམ་སྤྲིག་པའི་
ལག་ལེན་ནི་ལས་སྤྲོ་བོ་ཞིག་ཡིན་ནས་མ་ཡིན་རུང་། ཚུམ་པ་པོའི་དག་ཐོག་གི་སྐད་ཆ་དག་ཚུམ་ལུས་སྤྲོ་
ཆོག་ས་ལ་འཐིམ་ནས་ཡིག་ཐོག་ལ་པལ་བའང་དེ་ཙམ་ཆད་གཞི་ལོངས་པ་ཞིག་ཅི་ནས་ཀྱང་མ་ཡིན་རུང་།
དེ་བ་ཚུང་འདི་དེད་ཚུམ་སྤྲིག་པས་སློབ་སྦྱང་གི་བྲེལ་གསེང་ནས་རྩར་གྱིས་བརྩོན་ཞིང་འབད་པའི་འབྲས་བྱ་
ཡིན་ཅན་སྤྲིག་པ་པོ་ནུམ་པའི་དུས་ཆོད་འཕྲོ་བརྒྱུག་ལ་མི་འཕྲོ་བ་ཙམ་དུ་ཁག་ཐེག་བྱ་ཆོག།

སྤྱིར་བཏང་སློབ་བྲལ་ཆེན་མོ་ཞིག་གི་ཆད་གཞི་ལོན་པའི་རིག་གཞུང་དུས་དེ་བ་ཅིག་ཡིན་ན་དུས་
ཆོད་འཕྲོ་བརྒྱུག་ལ་འཕྲོ་མིན་གྱི་སྐད་ཆ་ལས་རིང་དུ་འགོངས་ཏེ། སློ་འབྲེད་དང་སྤྲོ་ཆུག་ས་སྤྲོ་ལྟ་ལྟ་
ཤིང་གནས་ལུགས་དང་གཏན་ཆོག་གིས་ལུས་སྤྲོ་བས་རྒྱས་པ་ཞིག་ཅིས་ཀྱང་དགོས་མོད། མི་ཡུལ་
ལ་ཀྱང་བའི་འོ་སྤྲོ་ལ་ཆོ་ཁོ་ཁོར་ཡུག་འདི་ན་རང་མི་རིགས་ཀྱི་སྤྲོ་དང་སྤྲོ་ལྟ་ལྟ་ལྟ་ལྟ་ལྟ་ལྟ་
སྤྲོ་ཅི་བས་ཆུང་། འགན་འཁུར་གྱི་སྐད་ཆ་ལ་བདེན་འཛིན་གྱི་ན་བ་སྤྲོ་མོན་མོན་ཆར་བས་ཅི་ཙམ་སྤོང་
ན་སྤྲོ་བོ་ཅི། གང་ལྟར་བོད་མི་རིགས་ལ་སློ་སེམས་དཀར་ཞིང་བོད་སྐད་ཡིག་ལ་དུངས་ཞེན་ཟབ་པའི་
སློབ་གྲོགས་ཚུམ་དག་འ་བ་མང་བོ་ཞིག་གིས། ཆད་གཞི་ལོངས་མིན་དེ་ལྟར་ཡང་གཡས་ལངས་གཡོན་
འབྲེད་གི་ཚུལ་དུ་ཚུམ་ཡིག་ལྷུག་སྤྲོ་ལ་གནང་བར་བཀའ་བློན་གངས་མེད་ལྟ།

ད་དུང་གསལ་ལ་དུ་གདབ་པར་བྱ་བ་ནི་རིག་གཞུང་ཆེད་དེ་བ་འདི་ཉིད་སྤྲོ་ལས་སྤྲོ་ཆད་ལྟན་
ཞིང་། སློབ་བྲལ་ཆེན་མོ་ཞིག་གི་ཆད་གཞི་ལོན་པའི་དུས་དེ་བ་ལོ་མ་ཞིག་ཏུ་འགྱུར་བར་བྲེལ་ནས། དེད་ཅག་
ལ་དངོས་འབྱོར་བྱུང་བའི་ཚུམ་ཡིག་ཡོད་དོ་ཅག་འདིར་འགོད་ཐབས་བྲལ་སོང་བས་དེ་དོན་ཡིད་འཇགས་
འཆལ།

སྤྲོ་མར་ཚུམ་དག་འ་བ་ཁྱོད་དང་ང་ཡི་བྱངས་ཁྱག་གིས་བསྐྱུན་པའི་དུས་དེ་བ་འདི་ལ་ནོར་བཙོས་
དང་། རྩས་འགོད་སོགས་དེ་ཙམ་སློ་ལ་འཐད་པ་ཞིག་མ་བྱུང་བས་གཟུར་གནས་ཀྱི་མིག་བྱང་ལྟན་པ་དག་
ལ་སྤྲོ་ནས་བཟོད་པར་གསོལ།

ཞེས་ཚུམ་སྤྲིག་ཆོག་ཆུང་ནས།

བྱི་ལོ་༢༠༡༣།༠༡༡༥་ཉིན་སྤྱིར་བཏོ།

དབྱང་ཚུམ་གྱི་ལུང་།

འཛམ་ལྗོངས་

ལམ་ལ་ཀླག་ལ་ལ་ན་ལ།

ལ་ལྷོད་ལེ་ལེ།

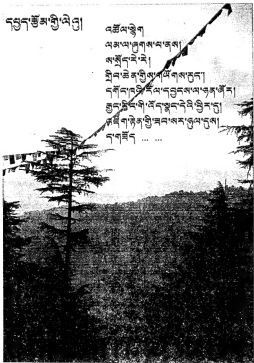
ཁྱིམ་ཆེན་གྱི་ལ་གཡོག་ལ་ཀླད།

དགོང་ཁྱིམ་ཆེན་ལ་དབྱང་ལ་ལ་ལྷོད་ལྷོད།

ཀླད་ཀྱི་ལ་གྱི་ལྷོད་ཀྱི་ལྷོད་ལྷོད།

ཁྱིམ་ཆེན་གྱི་ལམ་ལ་ལ་ལྷོད་ལྷོད།

ད་གཟོད་



ཁྱིམ་ཁྱི་ལྟ་བུ་གསུམ་གྱི་བདག་དབང་གནང་མིན་ལ་དབུང་བ།

འཕྲིན་ཁྱེ་ཆོས་དར། (འབྲུག་ཆོས་ཨང་གཉིས་པ།)

བད་ཆད་གཙོ་བོ། ཁྱིམ་ཁྱི་ལྟ་བུ་གསུམ་གྱི་
བདག་དབང་། ཅུ་མྱེད་ལ་མུ་རུ་རུ་ལྟ་བུ་བ། ཉེ་
ཉེ་ལོ་བྱང་དུ་ཐེངས་གསུམ་བྱོན་ནས་སྤུལ་བ།

དྲོ་མེ་ཆེན་རྒྱལ་པོས་ས་སྐྱེ་འགྲོ་མགོན་
འཕགས་པ་ལ་བོད་ཁྱིམ་ཁྱི་ལྟ་བུ་གསུམ་དང་ཆོས་
ཁ་གསུམ་གྱི་བདག་དབང་ཅུ་མོ་མྱེད་ལ་གནང་
བར་བཤད་པའི་རྒྱལ་རབས་དང་ཆོས་འབྱུང་
ནམས་ཀྱི་ཁྱེད་སྤྱིང་ཤོས་ནི་དག་དབང་ཀྱན་
དགའ་བསོད་ནམས་ཀྱིས་བཅམས་པའི་<<ས་
སྐྱེ་གདུང་རབས་ངོ་མཆར་བང་མཛོད་>> ཡིན་
ལ། དེའི་ཕྱིས་སྤྱི་ལོ་ལྷ་ཆང་ལོ་རྒྱུ་བ་དཔལ་འབྱོར་
བཟང་བོས་<<རྒྱ་བོད་ཡིག་ཆང་མཁས་པ་དགའ་
བྱེད་>>བཅམས་པ་ནས་བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་དང་ཆོས་
འབྱུང་མཛོད་པ་པོ་ནམས་ཀྱིས་གནད་དོན་འདི་ལ་
དོགས་སྤོང་ཅམ་ཡང་བྱས་ཐེད། ཡིན་ནའང་། དུས་
རབས་ཉི་ཤུའི་ལོ་རབས་བརྒྱད་ཅུའི་ནང་ཆབ་སྤེལ་
ཆོ་བརྟན་སྤྱན་ཆོགས་ཀྱིས་གནད་དོན་འདིའི་ཐད་
ཆེས་ཐོག་མར་དོགས་སྤོང་གནང་བ་ནི་ལོ་རྒྱུས་
ཞིབ་འཇུག་གི་ལས་རིགས་ལ་དྲངས་ཀྱི་ཆོ་བའི་ན་
གཞོན་ནམས་དགའ་ལོས་པའི་གནས་སོ།

བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་དེ་བ་ཐེར་ནམས་སྤུས་
རབས་བརྒྱ་གསུམ་པའི་ནང་སོག་པོས་བོད་ལ་
དབང་བསྐྱར་བྱེད་སྐབས། དྲོ་མེ་ཆེན་རྒྱལ་པོས་
དབུས་གཙང་ཁྱིམ་ཁྱི་ལྟ་བུ་གསུམ་དང་ཆོས་ཁ་
གསུམ་གྱི་བདག་དབང་ཡོངས་སྤྱོད་ཆོགས་པ་ས་སྐྱེའི་
ལྷ་མ་འགྲོ་མགོན་འཕགས་པར་དབང་ཡོན་དུ་སྤུལ་
བར་གྲགས་པོད། བཛོད་ཚུལ་དེ་ནི་ས་སྐྱེའི་གདུང་
རབས་ལས་འབྲེས་ཤིང་། ས་སྐྱེའི་གདུང་རབས་
ངོ་མཆར་བང་མཛོད་ཀྱི་ཁྱེད་སྤྱིང་གསུམ་ས་གཙོ་
བོ་ནི་འཇའ་ས་གཉིས་ཡིན་ཏེ། འཇའ་ས་བརྗེ་ཤིང་
སྐྱེད་མའི་ནང་“ཆོས་ལ་ཡིད་ཆེས་ནས་ཅུ་མོ་མྱེད་
གི་ལོ་ལ་དབང་བསྐྱར་ཞུས་” ཞེས་པ་དེ་སྐབས་
དེར་གདུང་རབས་མཛོད་པ་པོས་དབང་བསྐྱར་
ཞུས་ཞེས་པར་དབང་བསྐྱར་ལན་གསུམ་ཞུས་
ཚུལ་བཤད་པ་མ་ཟད། དབུས་གཙང་ཁྱིམ་ཁྱི་ལྟ་བུ་
གསུམ་དང་ཆོས་ཁ་གསུམ་གྱི་བདག་དབང་དང་
བཅས་པ་དབང་ཡོན་ལ་སྤུལ་ཚུལ་བཛོད་པ་ནི་
དོན་དངོས་དང་མི་མཐུན་པའི་གསང་ཆོག་གཅིག་
གིས་བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ཞིབ་འཇུག་ལ་བཀག་རྒྱ་ཆེན་
པོ་བཙོས་ཡོད། ཡིན་ནའང་། ཉེ་རབས་ལོ་རྒྱུས་
དབུང་བཛོད་པ་སྐྱེ་ཞབས་ཆབ་སྤེལ་ཆོ་བརྟན་སྤྱན་
ཆོགས་ལགས་ཀྱིས། “གདུང་རབས་ནང་1253བོད་
ཅུ་མྱེད་ལོར་མུ་རུ་རུ་ལྟ་བུ་ཐོག་མར་མཇལ་སྐབས་

དབང་བསྐྱར་ལན་གསུམ་དུས་གཅིག་ལ་གནང་
 བ་ལྟ་བུ་དེ་ནི་ཡིན་མི་སྤྱད་ཅིང་། ལྷག་པར་དབང་
 ཡོན་ལ་བོད་ཁྱིམ་གྱི་སྐྱོར་བཅུ་གསུམ་དང་། བོད་ཆོས་
 ལ་གསུམ་སྤུལ་ཚུལ་དེ་བས་ཡོང་མི་ཤེས།" ཞེས་ལོ་
 རྒྱུས་ཀྱི་གནད་འགག་འདྲིར་དོགས་སྤོང་གནང་བ་
 ནི་བཀའ་འདྲིན་གྱི་ཆེ་མོད། འོན་ཀྱང་། ལྷག་ཆང་
 ལོ་རྒྱ་བའི་<<ཆུ་བོད་ཡིག་ཆང་མཁས་པ་དགའ་
 བྱེད་>> བར་དུ་འདྲ་། ཉའི་རྒྱུ་ལོ་བྱང་དུ་ཐེངས་
 གསུམ་བྱོན་ནས་དབང་བསྐྱར་ལན་གསུམ་གནང་
 ལྟ་དབང་ཡོན་དང་པོར་ཁྱིམ་གྱི་སྐྱོར་བཅུ་གསུམ་སྤུལ་
 ཚུལ་བཟོད་འདུག་པ་ལ་ཆབ་སྤེལ་བས་མི་སྤྱོད་བའི་
 བརྒྱུ་ཁྱེད་ཀྱི་བུ་བྱེད་པ་ལ་འཇུག་པར་བྱའོ།
 དེས་ན་ལོ་རྒྱུས་གཤིབ་སྤྱར་རིག་པའི་ལམ་
 ནས་ཆ་བའི་བཟོད་བྱེད་ལ་རང་གི་སྤོངས་འགོང་ཆོད་
 ཀྱིས་དབྱེ་ཞིབ་བྱེད་པ་ལ་འཇུག་པར་བྱའོ།

དང་པོ། ཁྱིམ་གྱི་སྐྱོར་བཅུ་གསུམ་གྱི་བདག་
 དབང་ཆུ་སྐང་ལ་ཐང་རྒྱུ་རུ་སྤུལ་བར་སྤོང་བ་ལ་
 དཔུང་པ།
 (སྤོང་གཞི་འདི་ནི་ས་སྤྱིའི་གཞུང་རབས་ལས་འཕྲོས་པ་ཡིན།)

སྤྱི་ལོའི་དུས་རབས་བཅུ་གསུམ་པའི་རྗེས་
 ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་དེ་བ་ཐེར་ལག་རྒྱ་བོད་ཁྱིམ་གྱི་སྐྱོར་བཅུ་
 གསུམ་གྱི་བདག་དབང་ཆུ་སྐང་ལ་ཐང་རྒྱུ་རུ་
 སྤུལ་བར་སྤོང་བ་ལ་དཔུང་པར་བྱ་བ་འདི་ཡོད་
 དེ། ཆུ་སྐང་ 1253 ལོར་ཐང་རྒྱུ་རུ་རྟོར་མེ་ཆེན་
 རྒྱ་བའི་(忽必烈) དང་འགྲོ་མགོན་འཕགས་
 པ་གཉིས་མཇལ་འཕྲད་གནང་སྐབས། མེ་ཆེན་
 རྟན་བྱང་པོས་ཀྱི་དབང་འདྲིན་པ་ཡིན་པ་ལས་རྟོར་
 ཆེན་པོའི་རྒྱལ་པོ་མོང་གོར་རྟན་ཡིན་པས། ཆུ་མོ་
 སྐང་ལ་འཕགས་པར་དབང་སྐྱར་ཁྱེད་པ་བདེན་
 སྤྱད་ཀྱང་སྐབས་དེར་མེ་ཆེན་རྟན་ལ་བོད་ཀྱི་

བདག་གཉེར་བ་བསྐྱོར་འདྲིན་བྱེད་པའི་དབང་ཆང་
 མི་འདུག་ལ། དབང་ཡོན་ལ་ཁྱིམ་གྱི་སྐྱོར་བཅུ་གསུམ་
 སྤུལ་བར་བཤད་པ་ནི་དེ་བས་ཀྱང་ཡོང་ཐབས་
 མེད་པ་ཞིག་རེད། རྒྱ་མཆན་ནི་གཅིག་ནས་ལྷགས་
 གྱེལ་1260 ལོར་གཞི་ནས་མེ་ཆེན་རྒྱ་བའི་རྟོར་
 ཆེན་པོའི་ཁྱིམ་ལ་འཁོད་ཅིང་། རྒྱ་རྟོར་གཉིས་ཀྱི་རྒྱལ་
 སར་ཡང་ལྷགས་གྱེལ་ལོ་དེར་འཁོད་པ་ཡིན་པས་
 ཆུ་སྐང་1253ལོར་ཐང་རྒྱུ་རུ་མཇལ་འཕྲད་གནང་
 དུས། མེ་ཆེན་རྟན་ལ་དབང་ཆང་དེ་འདྲ་མེད་པ་
 ཤེས་ཐུབ། གཉིས་ནས་ལྷགས་གྱེལ་1260 ལོར་
 དཔོན་ཆེན་དས་སྤོང་བོད་དུ་འཇུག་མོ་འཇུགས་
 པར་མངགས་པ་དང་། ས་འབྲུག་1268ལོར་དབྱུས་
 གཙང་ཁུལ་དུ་ས་ཆེས་ཐོག་མར་བྱས་པར་བཤད་
 པ་སོགས་ལོ་རྒྱུས་གོང་འོག་བསྐྱར་བ་ལས་ཀྱང་
 དེས་ཐུབ། འདྲིའི་ཐད་དུ་སྤྱག་ཆང་ལོ་རྒྱ་བ་དཔལ་
 འབྱེར་བཟང་པོའི་<<ཆུ་བོད་ཡིག་ཆང་མཁས་པ་
 དགའ་བྱེད་>> བར་། རྟོར་མེ་ཆེན་རྒྱལ་པོའི་རང་
 ཁུང་གིས། མི་ཆེན་དས་སྤོང་ལ་བཀའ་སྤེལ་པ། ཞེས་
 པ་ནས། སྤོང་མ་འཕགས་པ་ཁུ་དཔོན་འདི་བ། ལུལ་གྱི་
 རྒྱལ་པོ་ཡིན་ན། ཁོང་ཤེས་རབ་ཆེ་བས་རང་རེས་མི་
 ཐུབ། ད་ལྟ་རང་རེའི་འོག་རྒྱ་རྒྱུག་པ་འདི་ཡིན། དས་
 སྤོང་ཁྱོད་སྤྱོད་པ་བཟང་པོ་ཡོད་པས། ས་སྤྱི་བར་
 ཐེངས་གཅིག་སོང་ཤོག ཅེས་འཁོད་པ་ལས་ཀྱང་
 གསལ་བོར་ཤེས་ཐུབ། གསུམ་ནས་ལོ་རྒྱུས་ལ་ལར་
 སྐབས་དེར་དས་སྤོང་གིས་ས་མི་དུད་ཆེས་བྱས་
 པར་བཟོད་མོད། དེ་ནི་བདེན་པར་མ་སོང་སྟེ་ས་
 འབྲུག་ལོ་ལ་ས་མི་དུད་ཆེས་ཐོག་མར་བྱས་པ་ཡིག་
 ཆང་ནང་གསལ་ལ་གོང་མ་གསར་བ་མེ་ཆེན་རྒྱལ་
 པོས་ད་དུང་རྒྱལ་ཁམས་བདེ་ལ་བཀོད་དེ་རྒྱལ་ས་
 གནས་སྤོང་བྱས་ནས་ཁྱིམ་དང་སྤྱིག་གཞི་གསར་
 དུ་བཟོ་རྒྱ་ལྟོག་ཡོད་པའི་སྐབས་ཡིན་པས་སོ། ལོ་
 དེར་འཕགས་པ་གོང་མའི་དབྱུ་སྤྱར་གྱུར་བའང་།

པཎ་ཆེན་བསོད་ནམས་གྲགས་པའི་<<རྒྱལ་རབས་
འཕུལ་གྱི་ལྟེ་མིག་>>ནང་། འཕགས་པ་དགུང་ལོ་
ཉེར་དྲུག་པ་ལྷགས་སྒྲེལ་ལ་མེ་ཆེན་རྒྱལ་སར་ཐོན་
པས་གོང་མའི་སླ་མར་གྱུར་ཞེས་པ་སོགས་ལོ་རྒྱུས་
ཡིག་ཆ་གསུངས་པ་ལྟར་བསྟར་བྱས་ན། རྒྱ་སྤང་
1253 ལོར་བོད་ཀྱི་བདག་དབང་ས་སྐྱ་བར་སྒྲོན་
ཐབས་མེད་པར་ངེས་ཤེས་འདེན་ལུས་སོ།

གཉིས་པ། བློ་སྐྱོར་བརྩ་གསུམ་གྱི་བདག་
དབང་ཏའི་རྩེ་མོ་བྱང་(དེང་གི་ཤེ་ཅེན)དུ་སྤུལ་བར་
སྤྱོད་བཤུ་བ་ལྟར་བ།
(སྤྱོད་གཞི་འདི་ནི་རྒྱ་བོད་ཡིག་ཆ་འཕེལ་འཕྲོས་པ་ཡིན།)

བོད་ཀྱི་མཁས་པ་ལ་ལས། བློ་སྐྱོར་བརྩ་
གསུམ་གྱི་བདག་དབང་ཏའི་རྩེ་མོ་བྱང་(དེང་
གི་ཤེ་ཅེན)དུ་སྤུལ་བར་སྤྱོད་བཤུ་བ་ལ་འང་ངོས་ལེན་
བྱེད་དགའ་སྟེ། ལྷགས་སྒྲེལ་གྱི་ལོ་1260 ལོར། མེ་
ཆེན་རྩེ་མོ་ལི་རྒྱ་ཏོར་གཉིས་ཀྱི་བློ་ལ་འཁོད་དུས་
འགྲོ་མགོན་འཕགས་པ་འང་ཏའི་རྩེ་མོ་བྱང་དུ་
ཐེབས་པ་ཡིན་ལ། ལོར་དེར་བོད་དུ་འཇའ་མོ་ཞེས་
པའི་འགྲོ་འོང་ས་ཆེགས་འཇུགས་རྒྱུའི་ལས་གཞི་
དངོས་སུ་བཅུ་མས་ཉེ་དུས་སྒྲུབ་གྱིས་མདོ་སྟོད་
སྟོད་དབུས་གཙང་དང་བཅས་པར་ཁལ་རྒྱུག་ན་
ཁལ་སོགས་འགྲོ་འོང་ས་ཆེགས་འཇུགས་མོ་ཉེ་ཤུ་ཙུ་
བདུན་བརྩུགས་པ་ཡིན། འདིའི་ཐད་དུ་རྒྱ་བོད་
ཡིག་ཆ་ནང་བརྗོད་དོན་གོང་འོག་བསྟེན་སྟེར་
བྱས་ཉེ་ནང་འགལ་དུ་བསྟན་འདུག་པས། དེས་
རྒྱུ་རབས་ལོ་རྒྱུས་སྒྲུབ་ཐབས་ཅད་མགོ་ཐོམ་
དུ་བརྩུག་ཡོད། ངེས་ཤེས་ཡོང་བའི་ཕྱིར་དུ་ལུང་
ཆིག་རི་བཞིན་བྱངས་ན། དཔལ་བཅེགས་བོད་
ཡིག་དཔེ་རྫིང་ཞིབ་འཇུག་ཁང་ནས་བསྒྲིགས་པའི་
<<རྒྱ་བོད་ཡིག་ཆ་འཕེལ་འཕྲོས་པ་དགའ་བྱེད་>>ཤོག་

ངོས་ ༡༤༡ནང་། "ཏོར་དང་ས་སྐྱ་བ་ཡོན་མཚོད་
དུ་འབྲེལ་ནས། འགྲོ་བའི་མགོན་པོ་ཆོས་རྒྱལ་
འཕགས་པས། རྒྱ་ནག་ཏའི་རྩེ་མོ་བྱང་དུ་ཐེབས་
གསུམ་བྱོན། གོང་མ་མེ་ཆེན་རྒྱལ་པོ་ཡབ་ཡུམ་
སྲས་བཅས་ལ། ས་སྐྱ་བའི་བྱང་ཆོས། རྒྱུད་གསུམ་
གྱི་དབང་མོ་ཆེ་ཆར་གསུམ་བསྐྱར་བའི་དབང་ཡོན་
སྲ་མ་ལ། དབུས་གཙང་གི་བློ་སྐྱོར་བརྩ་གསུམ་སྤུལ་
བ་ཞེས་པ་ནས། དབང་ཡོན་བར་མ་ལ། བོད་ཆོས་
ཁ་གསུམ་སྤུལ་བ། དབང་ཡོན་རྫིང་མ་ལ་སླ་མའི་
བཀའ་བཞེན། རྒྱུའི་མི་ཡུར་ཆེན་མོ་སྤུལ་བ་"ཞེས་
འཁོད་འདུག་ལ། དེའི་རྗེས་ཀྱི་ཤོག་ངོས་༡༥༦ ནང་།
"ས་པོ་འབྲུག་ལོ་ཤར་བ་དང་། གོང་ནས་མངགས་
པའི་གསེར་ཡིག་པ། ཨ་གོན་མིང་སྤྱིང་གཉིས་ཡོང་
ནས། མི་སྒྲེ་ས་ཆ་དང་བཅས་པ། ཆེན་པོ་ཏོར་གྱིས་
མིང་བརྟགས་པའི། རྩེ་བའི་དུད་བྱངས་ཅེས་པ་
ན། རྟོད་ཀྱི་མངའ་རིས་སྐྱོར་གསུམ་དང་། ཞེས་
པ་ནས། རྒྱལ་འདི་ཏོར་དང་ས་སྐྱ་པ། ཡོན་མཚོད་
འབྲེལ་ནས་དབུས་གཙང་དུ། ས་བཅེས་བྱས་པའི་
ཤོག་མར་འདུག " ཅས་འཁོད་འདུག འདི་ནི་
སྐབས་དེའི་དོན་དངོས་དབྱེ་ཞིབ་བྱེད་པའི་གནད་
འགག་གི་མཚམས་ཤིག་ཡིན་ལ། མཚམས་འདིར་
ལོ་རྒྱུས་སྒྲུབ་རྒྱལ་མོ་འབྲུག་པས། རྒྱལ་འདི་ཆབ་
སྲིད་པས་བལྟས་ན་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་དོན་སྟོང་ཁོ་ན་
དང་ཆོས་ལུགས་པས་བལྟས་ན་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་ཆེ་
བ་རྒྱུད་རྒྱུད་ལྟ་བུར་བཤད་འདུག་ཅེས་སྒྲུས་པ་ནི་
ལེགས་བཤད་མཛད་དུ་བྱུང་བ་ཞིག་ཡིན།

ལུང་ཆིག་གོང་མའི་ནང་། གོང་མ་མེ་
ཆེན་རྩེ་མོ་ལི་ཡིས་རྒྱ་ནག་ལ་དབང་བསྐྱར་ནས་
ཏའི་རྩེ་(དེང་གི་ཤེ་ཅེན) རྩེ་མོ་ལ་འཁོད་པ་ནི་
ལྷགས་སྒྲེལ་གྱི་ལོ་1260 ལོ་ཡིན་ལ། ལོ་དེར་འགྲོ་
མགོན་འཕགས་པ་ཏའི་རྩེ་མོ་བྱང་དུ་ཐེབས་ནས་

དབང་ཡོན་དང་པོར་ཁྱི་སྒྲོར་བཅུ་གསུམ་ལུ་ཚུ་ལ་
བསྟན་པ་དང་།

ལུང་ཆོག་འོག་མའི་ནང་། བོད་རབ་
བྱུང་ལུ་མ་འབྲུག་གྱི་ལོ་ 1268 ལོར། གོང་མ་
སེ་ཆེན་རྒྱལ་པོས་མངགས་པའི་གསེར་ཡིག་པས་
དབུས་གཙང་དུ་ས་ཅིས་ཐོག་མར་བྱས་ཏེ་ཁྱི་སྒྲོར་
བཅུ་གསུམ་གྱི་སྒྲིག་གཞི་གཏན་འབེབས་བྱས་པ་
བསྟན་འདུག་པས། འདི་ནི་བཙུན་བྱ་གོང་འོག་
འགལ་བར་སྤང་སྟེ།

ས་ཅིས་བྱས་ནས་ཁྱི་སྒྲོར་གྱི་སྒྲིག་གཞི་
གཏན་འབེབས་མ་བྱས་སྟེན་དུ་ཁྱི་སྒྲོར་བཅུ་གསུམ་
དབང་ཡོན་ལ་ལུ་ལ་བ་ལྟ་བུའི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་བྱུང་བ་
ནམས་ཆོག་སྒྱུར་ཅོམ་ལ་བདེན་བདེན་ལྟ་བུར་
བཙུན་ཀྱང་། ལོ་ཆོགས་གོང་འོག་སྒྲེལ་པའི་ཆད་
ཤིང་སྟེང་དུ་བཞག་ནས་དབྱེ་ཞིབ་བྱེད་དུས་འགལ་
འདུ་ཐད་གསལ་ཡོང་། དེ་ལྟར་ན། ལྟག་ཆང་
ལོ་རྒྱུ་བས་རྒྱ་བོད་ཡིག་ཆང་ནང་། ཁྱི་སྒྲོར་བཅུ་
གསུམ་གྱི་བདག་དབང་ཏའི་ཏའི་ལོ་བྱང་དུ་ལུ་
བར་འཁོད་པ་དེ་བཞིན་དུ། ཆབ་སྒྲེལ་ཆེ་བརྟན་
སུན་ཆོགས་ཀྱི་<<གཡུ་ཕྱིང་>>ནང་། བོད་དབུས་
གཙང་གི་བདག་གཉེར་དབང་ཆ་ས་སྐྱ་འགྲོ་
མགོན་འཕགས་པར་བསྐྱོས་པའི་དུས་ཆོད་ནི། ཡལ་
ཆེར་སྒྱུ་ལོ་ 1260 ཅམ་ལ་ཡིན་པར་མདོན་ལགས་
སྟེ། ཞེས་རྟོག་པ་མཐའ་བཟུང་གི་དབང་དུ་བཤད་པ་
སོགས་ཀྱང་འཐད་པར་མ་སོང་སྟེ། གང་གི་ཕྱིར་དུ་
ཞེ་ན། གཅིག་ནས་སྐབས་དེར་སེ་ཆེན་ཏན་རྒྱ་ཏོར་
གྱི་ཁྱི་ལ་འཁོད་མ་ཐག་ཡིན་སྐབས་འཕགས་པར་
རྒྱས་ཡོད་ཀྱང་བོད་ཀྱི་ས་ཆར་རྒྱས་མངའ་མེད་པས་
བདག་དབང་སྟོན་མི་སྟེ། གཉེས་ནས་བོད་དུ་
མངགས་པའི་གསེར་ཡིག་པ་ཐོག་མ་དཔོན་ཆེན་
དས་སྟན་ལོ་དེར་འཇའ་མོ་འཇུགས་པར་མངགས་

པའི་རྒྱ་མཆན་གྱིས་བོད་སོག་ལམ་ཐག་གི་ཆད་ལ་
དཔག་ནའང་ལྷགས་སྒྲེལ་1260 ལོར་དབང་ཆ་དེ་
འདྲ་གནང་ཐབས་མི་འདུག གསུམ་ནས་འཇའ་ས་
སྟེ་ཏིག་མའི་བཙུན་དོན་དང་མི་མཐུན་པ་མ་ཟད།
ས་འབྲུག་1268 ལོར་ཁྱི་སྒྲོར་བཅུ་གསུམ་གྱི་སྒྲིག་
གཞི་གཏན་འབེབས་བྱས་པ་དང་ཡང་མི་མཐུན་
པས་ཏའི་དུ་རྒྱ་ལྷགས་སྒྲེལ་ 1260 ལོའི་དུས་སྐབས་
དེ་ཅམ་ཞིག་ལ་བོད་ཀྱི་བདག་གཉེར་དབང་ཆ་ས་
སྐྱ་བར་སྟོན་ཐབས་མེད་པའོ།

བསྟན་དོན།

དུས་རབས་བཅུ་གསུམ་པའི་སྐབས་དེ་
དུས་སྟེ། སོག་པོའི་མངའ་ཁོངས་རྒྱ་ཆེ་ལ་དབང་
བཅོན་ཡང་སེ་ཆེན་ཏན་བྱང་དོས་ཀྱི་དབང་འཛིན་
པ་ཡིན་ལ། དེ་དུས་བོད་ནི་སྟེང་དབང་ཉམས་ཏེ་
དབང་བསྐྱར་ཅིག་གྱུར་མེད་པས་མཐོ་རིམ་མི་སྤྱ་
དག་གིས་རང་ཉིད་ལ་རྒྱབ་བརྟེན་འཆོལ་བཞིན་
པའི་དུས་སྐབས་ཤིག་རེད། ས་སྐྱ་པཎ་ཆེན་ཀུན་
དགའ་རྒྱལ་མཆན་གྱི་སྐྱ་རིང་ནས་བོད་སོག་མཆོད་
ཡོན་གྱི་འབྲེལ་བ་བྱུང་ཞིང་། རྒྱ་མང་1253ལོར་
ནས་འགྲོ་མགོན་འཕགས་པ་སྟོ་གོས་རྒྱལ་མཆན་
དང་སེ་ཆེན་ཏན་གཉེས་ཀྱང་མཆོད་ཡོན་དུ་གྱུར་
བའི་སྐབས་ཀྱང་སྟོན་དུ་མེད་མོད། མཆོད་གནས་
ཀྱིས་ཡོན་བདག་ལ་དབང་བསྐྱར་བ་དང་ལྷག་
པར་དུས་སྐབས་དེ་འདྲ་ཞིག་ལ་ས་སྐྱ་བས་རང་གི་
ཁྱད་ཆོས་ལྟར་པའི་རྒྱད་གསུམ་གྱི་དབང་བསྐྱར་
གནང་བ་ནི་ཆོས་ལུགས་ལ་གོམས་འདིས་ཡོད་
མཁན་ཞིག་ལ་མཆོན་ན་རྒྱན་ལྟར་གྱི་སྤང་ཚུལ་
ཞིག་རེད། དེ་ཅམ་ལ་བརྟེན་ནས་སོག་པོས་རང་
གི་མངའ་ཐང་གི་ཆ་ཤས་དབང་ཡོན་ལ་ལུ་ལ་བར་
བཤད་ན། ཆོས་ལུགས་དང་ཆབ་སྟེང་གྱི་དོ་བོ་ལ་

འདུམེས་ཀྱི་འཛིན་སྐྱབས་གཅིག་ཏུ་བྱས་པའི་འོར་
འཕུལ་རེད་སྟེ། དུས་སྐབས་དེར་འོར་ཀྱུལ་པོས་
རང་གི་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་མངའ་ཐང་རྒྱ་བསྐྱེད་པའི་
ཕྱིར་དུ་བོད་ཀྱི་ཆོས་ལུགས་མི་སྣ་བོད་ཚུན་བྱེད་
བཞིན་ཡོད་ལ། བོད་ཀྱི་ཆོས་ལུགས་མི་སྣ་དག་
གིས་ཀྱང་རང་གི་ཁྱབ་མཐའ་ཁྱབ་བརྒྱལ་གཏོང་
བའི་ཕྱིར་དུ་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་རྒྱ་བརྒྱུ་འཛུལ་བཞིན་
པ་ནི་མཛོན་གསལ་རེད། <<རྒྱངས་ཀྱི་པོ་ཏི་བསེ་རུ་
རྒྱས་པ>>ལས། ཤོག་ངོས་༡༡༠ནང་། དེ་དུས་བོད་
ཚུགས་འདིར་རྒྱལ་བོ་གོ་དན་བྱང་ངོས་པ་བདག་
པར་འདུག་ལ། གོ་དན་ཨ་ཀ་ལ་སླ་མཚོད་སྒངས་
པས། འབྲེ་ཁྱང་པ་མོན་འགོར་རྒྱལ་བོ་ཤེས། ཆལ་པ་
སེ་ཆེན་རྒྱལ་བོ་ཤེས། ཡག་མོ་ཁྱབ་པ་རྒྱལ་བྱ་ཏུ་ལ་
ཏུམེས། ལྷག་ལུང་པ་ཨ་རི་ལྟོ་ཁ་ཤེས་པར་འདུག་
ཅིང་། རྒྱལ་རྒྱུད་བཞི་པོས་ཁྲི་སྟོར་སོ་སོར་སྟོས་
བདག་བྱས་པར་འདུག ཅེས་འཁོད་ཡོད་པ་ལས་
ཀྱང་དེ་དུས་ཀྱི་ཆོས་ལུགས་པ་དང་ཆབ་སྲིད་པ་
གཙོ་བྱས་ནམས་ཀྱི་དམིགས་འདུན་མཚོན་ཀྱས།

དེས་ན་ལོ་རྒྱུས་རིག་པའི་ལངས་ཕྱོགས་
ཤུགས་ཀྱིས་བསྐྱངས་ཏེ་བདེན་པ་བརྟན་ནས་
བཤད་ན། བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་དེབ་ཐེར་ཁག་ནང་།
སེ་ཆེན་རྒྱལ་བོས་ས་སྐྱུ་འགྲོ་མགོན་འཕགས་པ་ལ་
བོད་ཁྲི་སྟོར་བརྩ་གསུམ་དང་ཆོལ་ཁ་གསུམ་གྱི་
བདག་དབང་སྲུང་པར་སྦྱས་པ་དེ་ཁོ་བོས་བདེན་
པར་མ་མཐོང་བས་ངོས་ལེན་ཡང་བྱེད་མ་རུས་
ལ། ལྷག་པར་དུ་ཆུ་སྒང་1253ལོ་དང་ལྷགས་སྟེ་ལ་
1260ལོའི་བར་དུ་དེ་འདྲ་ཡོང་ཐབས་མེད་པ་ནི་
གོང་དུ་བཤོད་ཟིན། དེའི་རྗེས་ཀྱི་ཤིང་བྱི་སྤྱི་ལོ་
1264ལོར་སེ་ཆེན་རྒྱལ་བོས་ཁྱང་ཏུ་འདུན་ཏེ་ཏུ་
རུ་རྒྱལ་ས་གནས་སྟོན་བྱས་ཏེ་རྒྱལ་མིང་ལ་ཡོན་(元)
ཞེས་བཏགས་ཤིང་། ལོ་དེར་འཇའ་ས་སྐྱ་ཏིག་མ་
(འཇའ་ས་སྐྱ་ཏིག་མའི་ནང་དེད་ཀྱི་ལུགས་ཀྱི་བྱི་

བ་ལོ་ལ་གནང་བེར་བ་དེར། སྤྱི་དོན་རྒྱལ་རབས་
ནང་བྱི་བ་༡༡༥༡ལོར་ངོས་འཛིན་བྱས་འདུག་ཅིང་།
འདིར་གཡུ་ཐེང་བཞིན་ཤིང་བྱི་༡༡༥༤ལོར་ངོས་
འཛིན་བྱས་ཡོད།) གནང་བའི་ནང་། “དགེ་འདུན་
འདུས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་མགོན་དུ་བསྐྱོས་” ཟེར་
བ་བཞིན། ལོ་དེར་ཆོས་ལུགས་ལས་ཁྱངས་མཐོ་
ཤོས་ (总政院) བརྩམས་ཏེ་འགོ་མགོན་འཕགས་
པ་དབང་འཛིན་པར་བསྐྱོས་ཏེ། ཞོར་དུ་དབང་
བསྐྱར་ཁྱས་པ་ནི་གསལ་བོ་ཡིན་ལ་དབང་ཡོན་
ཅི་ཞིག་སྤུལ་བའང་འཇའ་ས་རང་ན་གསལ་ཞིང་།
དེར་མ་ཟད། འཕགས་པར་གྱུ་མྱི་(国师) རྟེན་དབུ་
སྒྲའི་མཚན་གནས་ཀྱང་སྤུལ་ཡོད་མོད། དེ་དག་
ལས་བོད་ཀྱི་བདག་དབང་སྲུང་ཡོད་མེད་ཅི་ཡང་
མཚོན་མི་རུས།

དེ་ནས་ས་པོ་འབྲུག་གི་ལོ་རྒྱུ་སྤྱི་ལོ་ 1268
ལོར། སེ་ཆེན་གྱིས་མངགས་པའི་གསེར་ཡིག་པ་
ཨ་གོན་དང་མི་ལིན་གཉིས། ས་སྐྱུའི་ཤུ་བཟང་
པོ་བཅས་ཀྱིས་དབུས་གཙང་མངའ་རིས་བཅས་
ལ་ས་མི་དུད་ཅིས་བྱས་ཏེ་ཁྲི་སྟོར་བརྩ་གསུམ་
གྱི་སྤྱི་གཞི་གཏན་འབེབས་བྱས་པའི་སྟོར་དེ་
རེད། འདིའི་ཐད་དུ་དངོས་ཡོད་རང་བཞིན་གྱི་
ལོ་རྒྱུས་རིན་ཐང་ལྷན་པའི་དབུད་གཞི་གལ་ཆེན་
ཞིག་ནི་པཎ་ཆེན་བསོད་ནམས་གྲགས་པས་སྤྱི་ལོ་
༡༥༩༩ལོར་བཅུ་མས་པའི་ <<རྒྱལ་རབས་འཕུལ་གྱི་
ལྟེ་མིག>>ཡིན་ལ། དེའི་ནང་དུ། དཔོན་ཆེན་ལ་
སྲ་བ་ཤུ་བཟང་པོ་རྒྱལ་བོའི་ལུང་གིས་བོད་ཆོལ་
ཁ་གསུམ་ལ་དབང་བའི་དམ་ཁ་བྱིན་ནས་དཔོན་
ཆེན་དུ་བསྐྱོས། རྒྱལ་གཞོན་གྱི་ཁྲི་མས་བདག་ངོ་
བོ་གོང་རང་ནས་མཛད་དེ། ལུང་བསྐྱར་བ་དང་
ཁལ་བསྐྱར་སྤེལ་བའི་ཕྱིར་དུ་འོར་དུད་བཅིས། ཞེས་
འཁོད་པ་ནི་སྤྱི་མ་བཟེ་མདོག་མ་བསྐྱར་བའི་དབུད་
གཞི་ཞིག་ཡིན་སྟེ། འདི་ལས་ཤེས་ཐུབ་པ་ནི་ས་

འབྲུག་ལོ་འུ་བར་དུ་བོད་ཆོལ་ཁ་གསུམ་གྱི་བདག་
དབང་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་ནི་སུ་ལའང་གནང་མི་
འདུག་ལ། དཔོན་ཆེན་དུ་བསྐྱོས་ནས་བོད་ཆོལ་ཁ་
གསུམ་ལ་དབང་བའི་དམ་ཁ་ནི་ཤུག་བཟང་པོར་
གནང་ཡོད་པས། ཁོང་ནི་བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་མི་སྣ་
གལ་ཆེན་ཞིག་དུ་ཆགས་ཡོད་པོད། ས་སྐྱའི་གདུང་
རབས་དང་རྒྱ་བོད་ཡིག་ཆ་དང་བཅས་སུ་སྒྲ་མ་འགོ་
མགོན་འཕགས་པའི་བཀའ་དྲིན་བསམ་པའམ། ས་
སྐྱ་བའི་ཆེ་བ་བརྗོད་ཕྱིར་བོད་ཁྱིམ་གྱི་སྐོར་བཅུ་གསུམ་
དང་ཆོལ་ཁ་གསུམ་གྱི་བདག་དབང་ཡོངས་སུ་
རྫོགས་པ་འགོ་མགོན་འཕགས་པར་གནང་བར་
བརྗོད་འདུག སྐྱེས་སྒྲ་མ་འགོ་མགོན་འཕགས་
པ་སོགས་ས་སྐྱའི་དབང་འདྲིན་རིམ་བྱོན་བོད་ལ་
བཀའ་དྲིན་གྱི་ཉེ་ཆེ་པོད། འོན་ཀྱང་ཁོ་བོས་སྒྲ་
མའི་བཀའ་དྲིན་བསམས་ནས་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་མགོ་བོ་
འཁྱོག་པར་བྱེད་མི་ཡོད་པས། ཁོ་བོས་དབྱེད་གཞི་
གཞི་བ་བསྐྱར་བྱས་ཏེ་དབྱེ་ཞིབ་བྱས་པ་ལས་འབྲས་
ཏྲགས་ཏྲག་ཙམ་མཛོན་པ་ནི་འདི་ལྟར་སྣང་གྱི། ས་
སྐྱའི་དབང་བསྐྱར་སྐྱབས་སུ་སྒྲ་མ་འགོ་མགོན་
འཕགས་པར་ཆོས་ཕྱོགས་ནས་བཅི་མཐོང་བྱེད་
པ་ལས་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་བདག་དབང་ཅི་ཡང་གནང་
མི་འདུག་ལ། ས་འབྲུག་1268 ལོར། དཔོན་ཆེན་
ཤུག་བཟང་པོ་བོད་ཀྱི་ནང་སྲིད་དབང་འདྲིན་པར་
བསྐྱོས་པ་ཙམ་ལས་སྐྱའི་དབང་ཤུགས་དེ་ཡོན་
གོང་མས་བཟུང་བར་འདོད། གཞན་ཡང་། ས་
སྐྱའི་དབང་བསྐྱར་མཐུག་འགྲེལ་མ་ཐག་པའི་སྐུ་
ལོ་ 1363ལོར་བཙུགས་པའི་ཆོལ་པའི་དེབ་དམར་
ནང་དབང་ཡོན་དང་བདག་དབང་སྤྲད་པར་སྐྱེད་
དགོས་ཡོད་ཅི་ཡང་མི་གསལ་བ་ལའང་རྒྱ་མཚན་
ངེས་ཅན་ཡོད་པར་སྣང་མོ། ཁོ་བོས་དབྱེ་ཞིབ་བྱས་
པའི་དབྱེད་འབྲས་འདི་ཉིད་སྒོན་ཆད་ཁོ་བོའི་སློ་
ཡུལ་ལའང་ཤར་མ་ཐོང་ལ། ད་ལྟ་བཤད་རྒྱུ་ལ་

གོམས་འདིས་སུ་གྱུར་པ་རྣམས་ཀྱི་སློ་ཡུལ་ལས་
ཀྱང་འདས་སྲིད་ཡོད། ལོ་རྒྱུས་དབྱེད་བརྗོད་པ་
རྣམས་ལ་ལམ་སྟོན་ཞུ་བའི་ཕྱིར་དུ་ཡི་གེར་བཀོད་
པའོ ། །

དབྱེད་གཞིའི་ཡིག་ཆ།

- 1) < <བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་རྒྱུ་རྒྱུ་རྒྱུ་ཡི་ཐོང་> > ཆབ་
སྲིལ་ཆེ་བརྟན་ཕུན་ཚོགས།
- 2) < <ས་སྐྱའི་གདུང་རབས་རྩ་མཚར་བར་
མཛོད་> > དག་དབང་ཀུན་དགའ་བསོད་ནམས།
- 3) < <གདུང་རབས་ཁ་སྐོང་> >
- 4) < <རྒྱ་བོད་ཡིག་ཆ་དང་མཁས་པ་དགའ་བྱེད་> > རྟག་
ཆང་ལོ་རྒྱུ་བ་དཔལ་འཕྱོར་བཟང་པོ།
- 5) < <དེབ་ཐེར་དམར་པོ་> > ཆོལ་བ་ཀུན་དགའ་རྟོ་རྟོ།
- 6) < <རྒྱལ་རབས་འབྲུལ་གྱི་ལྟེ་མིག་> > བཅ་ཆེན་
བསོད་ནམས་གྲགས་པ།
- 7) < <བོད་ཀྱི་སྲིད་དོན་རྒྱལ་རབས་> > རྟ་སྐབ་བ་དབང་
ཕུག་བདེ་ལྷན།
- 8) < <རྒྱུ་རྒྱུ་ལོ་བཟེ་རུ་པོ་ཏེ་> >
- 9) < <དེབ་ཐེར་དབྱེད་ཀྱི་རྒྱལ་མའི་སྤྱད་བྱངས་> > རྒྱལ་
དབང་ལྷ་བ།
- 10) < <བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་སྐོང་བའི་གཏམ་> > རྒྱལ་མོ་
འབྲུག་པ།
- 11) < <དེབ་ཐེར་ཀུན་གསལ་མེ་ལོང་> > ཕུན་ཚོགས་ཆེ་
རིང་།
- 12) < <བད་མ་རྩ་ག་> > ཐུབ་བསྐྱར་ཕུན་ཚོགས།

བོད་ཀྱི་“ཚུལ་རིག་ལོ་རྒྱུས་”ཞེས་པའི་བར་ཆད་དང་ དེའི་བྱའ་ཁོངས་ལ་དབུད་པ།

བཅན་མེ་སྟག་ (འགན་ཚུལ་ཨང་དང་པོ།)

དབུད་སྒྲིང་།

སྤྱིར་བཏང་“ཚུལ་རིག་ལོ་རྒྱུས་”ཞེས་པའི་
རིག་ཚན་འདི་འཛམ་གླིང་གི་སྐད་མཛོད་ནང་དུ་
གནའ་སྔ་མོ་ནས་ཡོད་པའི་ཐ་སྐད་རྟིང་གསལ་གྱི་
མ་ཡིན་ལ་དུས་རབས་བཅོ་བརྒྱད་པར་གཞི་ནས་
གཏན་ལ་ཐབ་པའི་བར་ཆད་སོམ་ཞིག་རེད། ཡོ་
རོ་སྤྱི་བརྒྱུ་ཡས་མས་ཤིག་གི་སྔ་རོལ་དུ་ཡོ་རུབ་
གླིང་ལ་ཚུལ་རིག་ལོ་རྒྱུས་ཞེས་པའི་རིག་སྤྱི་འདི་
ཅུང་འཕུས་སྒྲིལ་ཆང་བ་ཞིག་དར་ཡོད་ཆོད་འདུག་
ས་སྐད་གོ་ལ་འདིར་འཆོ་ཞིང་གནས་པའི་མི་
རིགས་དང་རྒྱལ་ཁབ་ཡོད་དོ་ཅོག་ལ་རང་རིགས་
ཀྱི་ཚུལ་རིག་གི་འབྱུང་ཁུངས་དང་འཕེལ་འགྱུར་
ཀྱི་ལེའུ་རིང་མོ་ཞིག་བརྒྱད་ནས་ཡོང་བ་ནི་ཆོས་
ཉིད་ཡིན་ཅི་ན། གདོད་མའི་གནས་སྐབས་སུ་འགྲོ་
བ་མའི་རིགས་ཀྱིས་ཐོན་སྐྱེད་ངལ་ཚོལ་ལ་བརྟེན་
ནས་རིམ་གྱིས་སྐད་ཆ་བྱུང་ཞིང་། སྐད་ཆ་དེའང་
ཀྱག་ཀྱོག་ཆེ་བའི་བཀོད་ལམ་གྱི་གཞུང་རྒྱུ་ཞིང་།

ནས་སྐད་ཆ་དང་སྤྱི་གཉིས་སུ་གྱུས་པ་ཡིན། འགྲོ་
བ་མའི་རིགས་ཀྱི་ཚུལ་རིག་གི་འབྱུང་ཁུངས་ཀྱང་
མཐར་གཏུགས་ན་གདོད་མའི་དམངས་ཁྲོད་ལ་
དར་བྱའ་དུ་སོང་བའི་སྟན་འཛེབས་ཀྱི་སྤྱི་དབུངས་
དེ་ཡིན་པར་འདོད། དེ་ཡང་དབྱིན་རིའི་སྟན་
ངག་ཞིབ་འཇུག་པ་ཞིག་གིས། “གདོད་མའི་དུས་
སྐབས་སུ་ཐོན་སྐྱེད་ངལ་ཚོལ་ཞིང་སྐད་ཆ་བྱུང་
ཞིང་། སྐད་ཆ་འདྲའི་འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་གོ་རིམ་ཞིང་
ནས་སྤྱིར་བཏང་གི་སྐད་ཆ་དང་སྤྱི་གཉིས་སུ་གྱུས་
“ཞེས་བཤད་པ་ནི་དངོས་ཡོད་ལ་གཞིལ་ཞིང་ཚུལ་
རིག་གི་སྤྱི་འགྲོས་ལ་བྱུང་བའི་བདེན་གཏམ་ཞིག་
དུ་འབྱུངས། བོད་ལ་འདྲའི་འཛམ་གླིང་སྤྱི་འགྲོས་ལྟར་
མའི་རིགས་ཀྱི་སྐད་ཆ་བྱུང་བ་ནས་རིམ་གྱིས་རང་
བྱུང་ཁམས་ལ་ངོས་འཛིན་གྱི་དབུད་འབྲས་མི་ཉུང་
བ་ཞིག་དེ་བའི་ལམ་ནས་གདངས་སུ་གྱུར་བ་དང་།
དུས་རབས་ཀྱི་འཕོ་འགྱུར་ལ་བརྟེན་ནས་དགའ་
སྤྱོད་ཆགས་སྤང་གི་གསང་གནད་སྔ་མོ་དག་ངག་
དུ་བསྐྱེབས་ཤིང་། ཕུན་སུམ་ཚོགས་པའི་ཆོག་རྒྱན་
གྱིས་རམ་འདེགས་སྒོར་ནས་བརྗོད་པའི་བརྒྱུ་མས་

ཆོས་ཁ་གངས་ལོངས་པ་ཞིག་ཅིས་ཀྱང་ཡོད་མོད།
 བོད་ཀྱི་མཁས་པའི་མིང་འདྲིན་པ་ཆོས་ལོ་རྒྱུ་རྒྱུ་
 གྲག་ཁ་ཤས་ཀྱི་ཡར་ཐོན་ནས་དར་ཁིང་འཕེལ་
 བའི་ཆོས་ཉིད་ཀྱི་གོ་རིམ་ལྟ་ལ། ད་ལྟའང་གྲོང་
 ན་རིན་ཐང་ལྟ་པའི་ཚུམ་རིག་གི་ལེགས་ཉེས་
 ཀྱི་ཆ་ལ་འདྲེང་འདྲིན་དང་དབྱེད་གཏམ་སྒྲེལ་བ་
 སོགས། འདྲོད་སྒྲོལ་ཁེངས་ཤིང་ཡིག་རྒྱུ་འབབ་པ་
 ཞིག་གཏན་ནས་མིན།

“ཚུམ་རིག་ལོ་རྒྱུས་”ཞེས་པའི་བརྒྱུད་ཀྱི་ཁྲིམས།
 གོང་དུ་གྲིང་སྒྲོང་བྱུང་ཅམ་བྱས་པ་ལྟར་
 “ཚུམ་རིག་ལོ་རྒྱུས་”ཞེས་པའི་བརྒྱུད་ཀྱི་ཁྲིམས་
 འདྲིན་གྱི་ཡིག་མཛོད་ནང་དུ་སྐོར་ལྟོ་ལྟོ་ཡོད་
 པའི་ཐ་སྟེན་རྒྱུ་ལྟོ་ལྟོ་ལྟོ་ལྟོ་ལྟོ་ལྟོ་ལྟོ་
 རབས་བཅོ་བརྒྱད་པར་གཞི་ནས་ཡོ་རླབ་སྒྲིང་ལ་
 གསར་དུ་དར་ཁིང་ལོ་རྒྱུས་བརྒྱུ་ལས་མས་ཤིག་
 གི་ལོ་རྒྱུས་ལས་མེད་པའི་བརྒྱུད་གསར་བ་ཞིག་
 རེད། “ཚུམ་རིག་ལོ་རྒྱུས་”ཞེས་པ་འདི་ལ་དབྱེད་
 ཡིག་གི་ཡི་གེའི་ནང་ History of Literature
 ཞེས་བྲིས་འདུག བརྒྱུད་ཀྱི་ཁྲིམས་རབས་བཅོ་
 བརྒྱད་པར་ཡོ་རླབ་སྒྲིང་ལ་གསར་དུ་དར་བའི་
 “ཚུམ་རིག་ལོ་རྒྱུས་”ཞེས་པ་དེ་ཡིན། དེ་ནས་རྒྱུ་
 རིང་ཐོ་མ་འགོར་བའི་སྐོར་ལ་དུ་རྒྱ་ནག་ལའང་
 བརྒྱུད་ཀྱི་ཁྲིམས་དུ་དར་བ་ཡིན་ལ། རྒྱ་ནག་
 པས་བརྒྱུད་ཀྱི་ཁྲིམས་ 文学史 “ལུ་ཁོ་མི་”ཞེས་
 བརྒྱུད་ཀྱི་ཁྲིམས་ “文学史”ལུ་ཁོ་མི་”ཞེས་
 པའི་བརྒྱུད་ཀྱི་ཁྲིམས་ཀྱི་སྐོར་ལ་ཐད་
 བརྒྱུད་བྱས་པ་ནས་བཟུང་བོད་ལ་“ཚུམ་རིག་ལོ་
 རྒྱུས་”ཞེས་པའི་ཐ་སྟེན་འདྲིན་བྱང་བར་འདྲོད། དེ་
 ཡང་“ཕྱི་ལོ་ ༡༩༥༦ ལོར་བཅུ་མས་བྱུང་བའི་《རྒྱ་
 བོད་ཤུན་ཐུར་ཆོག་མཛོད་》 (མི་རིགས་དཔེ་སྟླ་
 ཁང་ནས་བརྒྱུད་) ཀྱི་ཤོག་ངོས་ ༡༠༥༠ པར་རྒྱུ་ཡིག་

གི་文学史“ལུ་ཁོ་མི་”ཞེས་པའི་བརྒྱུད་ཀྱི་ཁྲིམས་
 “ཚུམ་རིག་ལོ་རྒྱུས་”ཞེས་པའི་བརྒྱུད་ཀྱི་ཁྲིམས་
 ཡོད་པ་དེ་ཡིན། ཕྱི་ལོ་ ༡༩༥༦ ཡར་ཐོན་དུ་བརྒྱུད་
 “ཚུམ་རིག་ལོ་རྒྱུས་”ཞེས་པའི་བརྒྱུད་ཀྱི་ཁྲིམས་
 ཆེར་ཡོད་ཆོད་མི་འདུག གང་ཡིན་ཞེ་ན། ར་ཆོ་
 ཆང་མར་རྒྱུས་མང་འཕྲོད་པ་ལྟར་“ཚུམ་རིག་”ཅེས་
 པའི་ཐ་སྟེན་འདྲིན་རྒྱ་ནག་གི་文学史“ལུ་ཁོ་མི་”ཞེས་
 པ་ཐད་བརྒྱུད་བྱས་པ་ནས་བོད་པའི་ཆོག་མཛོད་
 ནང་དུ་བོག་མར་“ཚུམ་རིག་”ཅེས་པའི་ཐ་སྟེན་
 འདི་བྱང་བར་མཁས་པ་མང་པོ་ཞིག་གིས་པལ་
 ཆེར་ཐག་བཅད་བྱས་པ་རེད། དེ་ལྟར་“ཚུམ་རིག་
 ལོ་རྒྱུས་”ཞེས་པའི་བརྒྱུད་ཀྱི་ཁྲིམས་འདྲིན་“ཚུམ་རིག་”ཅེས་
 པའི་ཐ་སྟེན་ཀྱི་སྐོར་ལ་དུ་བྱང་མི་གྲིང་པ་རིགས་
 འདྲེད་ཅུང་ཟད་བྱས་པ་ཅམ་གྱིས་རྟོགས་སྒྲེལ་བ་མ་
 ཡིན་ནམ། མདོར་ན་“ཚུམ་རིག་”དང་“ཚུམ་རིག་
 ལོ་རྒྱུས་”ཞེས་པའི་བརྒྱུད་གཉིས་《རྒྱ་བོད་ཤུན་
 ཐུར་ཆོག་མཛོད་》ནང་དུ་གཞི་ནས་ཡོང་བའི་ཐ་
 སྟེན་གསར་བ་གཉིས་ཡིན་པ་དེ་རེད། དེས་ན་
 “ཚུམ་རིག་ལོ་རྒྱུས་”ཞེས་པའི་བརྒྱུད་ཀྱི་ཁྲིམས་
 དུ་བཤད་བྱས་པའི་《རྒྱ་བོད་ཤུན་ཐུར་ཆོག་མཛོད་
 》 དེའི་ནང་ནས་རྒྱ་ནག་གི་文学史“ལུ་ཁོ་མི་”
 “ཞེས་པ་ཐད་བརྒྱུད་བྱས་པ་ནས་”ཚུམ་རིག་ལོ་
 རྒྱུས་”ཞེས་པའི་བརྒྱུད་ཀྱི་ཁྲིམས་འདྲིན་བོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་
 ནང་དུ་བསྒྲེབས་ནས་དེ་རིང་བར་དུ་ཉག་ཉག་ལོ་
 རྒྱུས་རྒྱུ་ལྟོ་ལྟོ་ལྟོ་ལྟོ་ལྟོ་ལྟོ་ལྟོ་ལྟོ་ལྟོ་ལྟོ་

ཚུམ་རིག་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་གངས་ཆད་དང་དབྱེད་བརྒྱུད་
 ཡོ་རླབ་སྒྲིང་ལ་ཚུམ་རིག་ལོ་རྒྱུས་ཞེས་
 པའི་རིག་པའི་གཞུང་ལུགས་འདི་དར་ནས་པལ་
 ཆེར་མི་ལོ་སྐྱུ་བརྒྱུ་ལས་མས་ཤིག་སོང་ཡོད་
 ཆོད་འདུག རྒྱ་ནག་ལ་མཆོན་ན་ཚུམ་རིག་ལོ་རྒྱུས་
 ཞེས་པའི་རིག་ཆ་འདི་བྱང་ནས་ལོ་རྒྱུས་སྐྱུ་

ལྷག་འགྲོ་བཞིན་ཡོད་པ་ཡིན་ལ། ཆེས་ཐོག་མར་རྒྱ་
 རྒྱལ་གྱི་ཚུལ་རིག་ལོ་རྒྱུས་འབྲི་མཁན་ནི་ལུ་ཅུ་ལུ་
 དང་། ཉི་ཉོང་། དེ་ཕྱིན་ཅི། འཇར་མན་སོགས་ཀྱི་
 མཁས་པ་ཤ་སྟག་ལས་མ་འདས། རྒྱ་རྒྱལ་རང་གི་
 མཁས་པས་བཅུ་མས་པའི་ཚུལ་རིག་ལོ་རྒྱུས་ཐོག་མ་
 ཉི་ཉོང་རིན་ཁེས་པའི་མཁས་པ་དེས་བྲིས་པའི་(བྱི་
 ལོ་ ༡༩༠༩ — ༡༩༠༩ ལོའི་བར་ལ་དཔེ་སྟུང་བྱས།)
 «ཀྲུང་གོའི་ཚུལ་རིག་ལོ་རྒྱུས་» ཞེས་པ་དེ་ཡིན།
 དེ་ནས་བཟུང་ད་ལྟ་བར་དུ་རྒྱ་རྒྱལ་གྱི་མཁས་པ་
 ཆེས་བཅུ་མས་པའི་ཚུལ་རིག་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་བསྟན་
 བཅོས་མི་འདྲ་བ་སྟེ་མང་གྲངས་ཆད་ལོན་དཀའ་
 པའི་ཆོད་དུ་སྒྲིང་། «བོད་ཀྱི་ཚུལ་རིག་ལོ་རྒྱུས་
 སྐལ་བཟང་མིག་སྟོན་» ཞེས་པའི་ནང་དུ། “རྒྱ་
 མི་རིགས་ལ་མཆོན་ན་ལོ་རྒྱུས་ལྷག་གི་རིང་ལ་
 རིག་པ་འདི་དར་རྒྱས་ཆེན་པོ་བྱུང་ཡོད་དེ། མིག་
 སྤེའི་དུས་འདིར་བསྐྱེད་པས་ཀྱི་བར་དུ་རྒྱའི་ཚུལ་རིག་
 ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་བསྟན་བཅོས་མི་འདྲ་བ་ཆེན་པོ་དུག་
 བརྒྱ་ལྷག་བྱུང་ཡོད་པར་གྲགས་”ཞེས་པ་དེས་རྒྱ་
 རྒྱལ་ལ་ཚུལ་རིག་ལོ་རྒྱུས་ཞེས་པའི་རིག་པ་འདི་
 དར་ནས་འཕེལ་རྒྱས་ཅི་ཅུ་ཞིག་སོང་ཡོད་མེད་
 རགས་ཆོད་ཅིག་ཤེས་ནུས་པ་མ་ཡིན་ནམ།

བོད་ལ་མཆོན་ན་ཐོག་མར་བྱུང་བའི་
 ཚུལ་རིག་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་བསྟན་བཅོས་ནི་རྒྱ་རྒྱལ་གྱི་
 མཁས་པས་བཅུ་མས་པ་ཡིན། རྒྱ་ཡིག་གི་ལམ་
 ནས་བཅུ་མས་པའི་བོད་ཀྱི་“ཚུལ་རིག་ལོ་རྒྱུས་
 ”ཐོག་མ་ནི་“བྱི་ལོ་ ༡༩༡༤ ལོར་དཔེ་སྟུང་བྱས་ཤིང་
 ཀྲུང་དབྱང་མི་རིགས་སློབ་གླིང་གི་སྤྱི་ཞབས་ཀྱི་དང་
 དེ་ཕྱི་སྒྲུང་སོགས་ཀྱིས་སྤྱི་གཞི་ཚུལ་བྱས་པའི་«བོད་
 ཀྱི་ཚུལ་རིག་ལོ་རྒྱུས་» ཞེས་པ་དེ་ཡིན། དེ་ནས་
 ལོ་གསུམ་ཀྱི་རྒྱུས་ཏེ་“བྱི་ལོ་ ༡༩༡༥ ལོར་ལུ་བྱུང་
 མི་རིགས་སློབ་གླིང་གི་སྤྱི་ཞབས་མང་ཞོན་དང་
 ཅིན་རྒྱ་གཉིས་ཀྱིས་བཅུ་མས་པའི་«བོད་ཀྱི་ཚུལ་

རིག་ལོ་རྒྱུས་མཛོར་བསྟན་» ཞེས་པ་དཔེ་སྟུང་
 བྱས། བྱི་ལོ་ ༡༩༢༥ ལོར་བོད་ལ་“ཚུལ་རིག་ལོ་
 རྒྱུས་”ཞེས་པའི་བར་ཆད་བྱུང་བ་ནས་ད་ལྟ་བར་དུ་
 མི་རིགས་གཞན་གྱིས་བཅུ་མས་པའི་“བོད་ཀྱི་ཚུལ་
 རིག་ལོ་རྒྱུས་”འདི་གཉིས་ལས་མེད། བོད་པ་རང་
 གི་མཁས་པས་བཅུ་མས་ཤིང་བོད་ཡིག་གི་ལམ་
 ནས་བྲིས་པའི་“བོད་ཀྱི་ཚུལ་རིག་ལོ་རྒྱུས་”ཆེས་
 ཐོག་མ་དེ་བྱི་ལོ་ ༡༩༩༩ ལོར་ལུ་བྱུང་མི་རིགས་
 སློབ་གླིང་ཆེན་མོའི་དགེ་ཆན་དཔའ་ཆེ་དང་ལྷ་རྒྱལ་
 ཆེ་རིང་གཉིས་ཀྱིས་སྤྱི་གཞི་ཚུལ་བྱས་པའི་(ཀན་སུ་
 མི་རིགས་དཔེ་སྟུང་ཁང་ནས་བསྟན།) ༡.«བོད་ཀྱི་
 ཚུལ་རིག་བྱུང་འཕེལ་གྱི་ལོ་རྒྱུས་དང་ཁྱད་ཆོས་»
 ཞེས་པ་དེ་ཡིན། དེ་ནས་བཟུང་བོད་ཀྱི་ཚུལ་རིག་
 ལོ་རྒྱུས་ལ་གཏོགས་པའི་དཔེ་དེབ་འགའ་ཞིག་ཐོན་
 ཡོད་པ་ནུས་ཅེ་ཅེ་བཞིན་གསལ་དུ་རོ་སྟོང་བྱ་རྒྱ་
 ཡིན།

བྱི་ལོ་ ༢༠༠༡ ལོར་དགེ་འདུན་རབ་གསལ་
 ཀྱིས་བཅུ་མས་པའི་(སྐུ་ཁྱིམ་མ་དཔར་ཁང་དུ་
 དཔར་འདེབས་ཞུས།) ༢.«བོད་ཀྱི་ཚུལ་རིག་གི་བྱུང་
 བ་བརྗོད་པ་རབ་གསལ་མེ་ལོང་»ཞེས་པ་དེ་དཔེ་
 སྟུང་བྱས། བྱི་ལོ་ ༢༠༠༢ ལོར་མཆོ་སྟོན་དགེ་ཐོན་
 སློབ་ཆེན་མི་རིགས་དགེ་ཐོན་སློབ་གླིང་གི་དགེ་
 ཆན་རྒྱ་ཡེ་བཟུ་སྟོ་སོགས་ཀྱིས་སྤྱི་གཞི་ཚུལ་བྱས་པའི་
 (མཆོ་སྟོན་མི་རིགས་དཔེ་སྟུང་ཁང་ནས་བསྟན།)
 ༣.«བོད་ཀྱི་ཚུལ་རིག་ལོ་རྒྱུས་སྐལ་བཟང་མིག་
 སྟོན་» ཞེས་པ་དཔེ་སྟུང་བྱས། བྱི་ལོ་ ༢༠༠༣ ལོར་
 སྤྱི་ཞབས་ལྷག་པ་ཆོས་འཕེལ་གྱིས་བཅུ་མས་པའི་
 ༤.«བོད་ཀྱི་ཚུལ་རིག་ལོ་རྒྱུས་ཐུན་མེལ་སྟོན་མེ་
 » ཞེས་པ་དཔར་དུ་བསྟན། བྱི་ལོ་ ༢༠༠༤ ལོར་
 ལྷ་ལུ་མི་རིགས་སློབ་གླིང་ཆེན་མོའི་བོད་ཡིག་སློབ་
 དེབ་ཀྱི་ཆེད་དུ་མགོན་པོ་བཟུ་ཤེས་སོགས་ཀྱིས་
 བསྟན་སྤྱི་གཞི་ཚུལ་བྱས་པའི་(མི་ཁྱོན་མི་རིགས་དཔེ་སྟུང་

ཁང་ནས་བསྐྱུན། ༥. «བོད་ཀྱི་ཚུམ་རིག་ལོ་རྒྱུས་
ཟ࿳་བཤད་» ཅེས་པ་དཔེ་སྟུན་བྱས། ཕྱི་ལོ་ ༡༠༠༧
ལོར་ཆབ་འགག་དོ་རྩེ་ཆེ་རིང་དང་བྱ་བ་ཞི་བས་མ་
པའི་དོན་གྱུ་བ་སོགས་ཀྱིས་སྒྲིག་ཚུམ་བྱས་པའི་
(བོད་ལྗོངས་མི་རིགས་དཔེ་སྟུན་ཁང་ནས་བསྐྱུན)
༦. «བོད་ཀྱི་ཚུམ་རིག་ལོ་རྒྱུས་» བཅས་དེ་བཤེང་
དུག་པོ་དེ་ཡིན།

ཁྱོད་བསྐྱུམས་ན་རྒྱ་ཡིག་གི་ལམ་ནས་
བཅུམས་པའི་བོད་ཀྱི་ཚུམ་རིག་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་བསྟན་
བཅོས་གཉིས་དང་། བོད་ཡིག་གི་ལམ་ནས་
བྲིས་པའི་བོད་ཀྱི་ཚུམ་རིག་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་ཁོངས་སྒྲིལ་
གཏོགས་པའི་དཔེ་དེ་བ་དུག་བཅས་བརྒྱད་པོ་དེ་
ཡིན། བོད་ལ་“ཚུམ་རིག་ལོ་རྒྱུས་”ཞེས་པའི་བརྒྱ་
ཆད་བྱང་བ་ནས་མི་ལོ་སྟུང་ཕྱི་ལོ་ལྟ་གི་རིང་ལ་
གཞན་གྱི་མཁས་པ་དང་རང་གི་མཁས་པ་གཉིས་
ཀས་བཅུམས་ཤིང་། བོད་ཀྱི་ཚུམ་རིག་ལོ་རྒྱུས་ལ་
གཏོགས་མིན་དེ་ལྟར་ཡང་ཡོད་ཆད་སྟུང་གསོག་
བརྒྱབས་ན་འདྲ་བོད་དུ་བྱངས་པའི་དཔེ་དེ་བ་དེ་ག་
ཅུ་ལས་མེད། རྒྱ་ནག་ལ་གཞན་གྱི་མཁས་པས་
བཅུམས་པའི་བསྟན་བཅོས་ནམས་སྟུང་། རྒྱ་མི་
རིགས་རང་གི་མཁས་པ་ཆོས་བཅུམས་པའི་བསྟན་
བཅོས་ཀྱི་གྲངས་ཆད་ལོ་ངོ་བརྒྱ་ལས་མས་ཤིག་གི་
རིང་ལ་ཆིག་སྟུང་དུག་བརྒྱ་ལྟ་བུ་ཡོད་པ་ནི།
བོད་ཀྱི་ཤེས་ཡོན་པའི་སྡེ་གཤམ་ན་ཡིད་ཆེ་ཞིང་སྟོ་
བདེ་བར་བཞུགས་པའི་མཁས་པ་ཆོས་ཅིས་ཀྱང་
བསམ་གཞིག་གི་སྟིང་དཀྱིལ་དུ་གཟུང་དགོས་སྟུང་།
མ་གཞི་འོ་སྟོལ་ཆོའི་མི་རིགས་འདི་ཁ་སོ་དང་ལུས་
བརྗོད་ལ་དགའ་བ་ལས་དོན་དམ་པར་ཤི་གསོན་གྱི་
སོ་ཁ་ན་གནས་ཤིང་ཤེས་ཡོན་གྱི་སྟུ་གེ་ཐེབས་པའི་
སྟོང་མོ་བ་ཞིག་ལས་མ་འདས། ང་ཆོའི་བོད་པ་
ཆང་གི་ཡིད་སྟོ་ཞིང་ཞེ་སྟེང་བའི་སྟོ་གར་གྱི་ལེའུ་

འདི་དུས་ནས་ཞིག་ལ་མཚུགས་སྒྲིལ་བྱུང་བས།

ཚུམ་རིག་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་སྟོང་ཆ་དང་ཁ་གསལ།
མི་རིགས་གང་ཞིག་གི་ཚུམ་རིག་གི་
འབྱུང་ཁུངས་དང་འཕེལ་རིམ་གྱི་ཆོས་ཉིད་ལ་
བརྩེ་འཛིག་དང་ལེགས་ཉེས་ཀྱི་ཆ་ལ་དབྱེད་
བརྒྱ། དེ་བཞིན་དུས་རབས་མི་འདྲ་བའི་དབང་
གི་མིའི་བསམ་སྒྲུབ་འགྱུར་བ་དང་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་
འཕེལ་འགྱུར་སོགས་ལ་བརྟེན་ནས་ཚུམ་རིག་གི་
ཕྱི་འཛིན་པ་དང་ནང་གི་སྟོན་སྟེང་གི་ཆ་ལ་ཞིབ་
འཚུགས་ དེ་མིན་ངག་སོག་གི་ཚུམ་རིག་དང་ཡིག་
སོག་གི་ཚུམ་རིག་ སྟོལ་རྒྱུ་ཚུམ་རིག་དང་དེང་
རབས་སོགས་ཀྱི་བཀྲལ་མཆུམས། རྩེ་བྲག་ཟ࿳་
ཆོགས་ཀྱི་འཕེལ་འགྱུར་དང་བསམ་སྒྲུབ་འཕེལ་འགྱུར་
སོགས་ལ་བསྟུན་ནས་ཚུམ་རིག་གི་དུས་མཆུམས་
རེ་རེ་བཞིན་གསལ་བར་བཀར་ཏེ་འཆོལ་ཞིབ་དང་
འདྲེང་འཛིག་བྱ་དགོས་པ་ནི་ཚུམ་རིག་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་
འགན་འཁུལ་ཡིན་ཅི་ན། བོད་དུ་གྲངས་ཐེན་པའི་
དཔེ་དེ་བ་དེ་ཆོའི་ནང་དུ་གནའ་རབས་ཚུམ་རིག་
གི་སྟོར་བཤད་པ་ཏ་ཅང་ཉུང་ལ་དེང་རབས་ཚུམ་
རིག་གི་སྟོར་སྟེང་སྟོང་ཅུ་ཡང་བྱས་མེད་པ་ནི་
བོད་ཀྱི་ཚུམ་རིག་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་སྟོང་ཆ་ཡིན་པར་སྟུང་།
སྟུར་བྱང་རང་ཉིད་ཀྱི་གང་ལུས་པ་དང་འཛིན་
པ་ནམས་ལུར་གྱིས་བརྩོན་པ་ནི་ཤེས་ཡོན་པ་ནུལ་
མ་ཞིག་གི་སྟེང་སྟོབས་དང་མི་རིགས་ལ་བཅངས་
པའི་སྟུག་བསམ་ཡིན་པ་ཨ་ཅང་བརྗོད་མེད་ཡིན་
ལ། ད་དུང་བོད་མི་རིགས་ཀྱི་ཤེས་རིག་གི་འགན་
འཁུལ་སྟུག་ལྟ་བུར་པའི་དན་རྟགས་ཞིག་ཀྱང་ལོས་
ཡིན་མོད། སྟུན་གྱིས་ཡག་རབ་དང་བཟང་རབ་
ཀྱི་སྟོར་སྟེང་མི་འདོད་པར་གང་ཞིག་མ་འདང་བ་
དང་ཅི་ཞིག་ཁ་སྟོང་བྱ་དགོས་པ་མང་བོ་ཞིག་ཡོད་
པ་མཐོང་ནས་སྟུན་པོས་བྲེད་སྐད་ཅུ་བརྒྱབས་

པ་ཡིན། རྒྱ་ནག་གི་སྐྱབས་བརྩུག་ཅིག་པའི་ཀྱང་
 ལུ་ཆང་འདྲོམས་གྲོས་ཆོག་མེད་ས་གསུམ་པའི་
 རྩེས་སུ་བསམ་མཐོ་བཅིངས་འགོལ་དང་ཕྱི་ཕྱོགས་
 མོ་འབྱེད་ཀྱི་སྲིད་རྒྱུས་ལག་བསྟར་བྱས་པའི་མོད་
 ལ། རྒྱ་ནག་གི་ཤེས་ཡོན་པ་ཆོ་གུ་དོག་པའི་བསམ་
 སློའི་འཆིང་རྒྱ་ལས་གྲོལ་ཏེ་རྩིང་པ་གསར་བར་
 བསྐྱར་བའི་ཕྱགས་བསམ་ཀྱི་དུས་རབས་གསར་བ་
 ཞིག་མདུན་དུ་བསུས་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་རྒྱབ་ལྗོངས་
 དེས་ཅན་དེའི་འོག་ནས། བོད་མི་རིགས་ཀྱི་ཤེས་
 ཡོན་པ་རེ་བྱུང་ཞིག་ལ་འདྲ་ཕྱགས་སྒྲིན་རྩུང་གཏིང་
 ཟབ་ཅིག་ཐེབས་ཏེ་བསམ་སྒྲོ་གསར་བ་དང་ལྷ་བ་
 གསར་བར་རེ་སྟེག་བྱེད་པའི་དུས་རབས་ཤིག་ལ་
 བསྐྱེད་པས་པ་རེད་ལ། དེ་དང་འབྲེལ་ནས་ཆ་ཆ་ལྷན་
 ལྷན་གྱི་སྒྲུབ་སྐྱེད་ཞིག་སྒྲོ་བྱུང་དུ་འཕྱར་བ་རེད།

མོད་བཟུལ་གྱི་གོམ་སྐབས་ཆེན་པོ་དེས་
 ཚུམ་རིག་གི་བརྟུན་གསལ་བ་རྟེན་ནས་མི་དམངས་
 སད་རྟོགས་ཀྱི་འབོད་འགྲུགས་བྱས་པ་དང་ལྷན་
 དུ། མིག་གིས་རྒྱུང་རིང་དང་རིག་གསར་ལ་
 བསྟར་ཏེ་སྟོན་ཐོན་གྱི་རྒྱལ་ཁབ་ཆོའི་མདུན་བསྐྱོད་
 ཀྱི་འཕེལ་རྒྱས་ལ་གོམ་པ་མཉམ་སྟོན་དང་སྐྱ་མང་
 ཤེས་རིག་གི་མགོ་བོ་མཉམ་འབྲེང་བྱ་དགོས་པའི་
 ལྷ་ཚུལ་བཏོན། དུས་རབས་ཀྱི་དགོས་མཁོ་ལ་
 དམིགས་ནས་བསམ་སྒྲོ་གསར་བ་རྒྱུར་ལེན་དང་
 རིག་གཞུང་སྐྱ་མང་གསར་བཏོད་བྱ་དགོས་པའི་
 ཆོར་སྒྲུབ་དུག་པོ་ཞིག་ཆར་རྩེས་ཤུ་འོད་བརྟོན་
 བ་ལྷར་གཅིག་རྩེས་གཉིས་མཐུད་དང་ཡོང་བ་
 བྱིད་གཤམ་མགྲ་ཙམ་ལས། དོན་དོ་མར་བསམ་སྒྲོ་
 གསར་བ་རྒྱུར་ལེན་དང་རིག་གཞུང་སྐྱ་མང་གསར་
 བཏོད་ལྟ་ཅི། བོད་པ་རང་གི་སྐྱབས་སོ་སོའི་བསམ་
 སློའི་འདུ་ཤེས་དང་སྤྱི་ཆོགས་ཀྱི་ནུས་པ། ཆབ་སྲིད་
 ཀྱི་འཕེལ་རྒྱས་ཁྲོད་ནས་དགའ་སྤྱོད་ཆགས་སྤང་གི་
 ཆོར་བ་རྒྱུས་ཡི་གེའི་ཕྱིང་བར་བརྒྱས་པའི་ཚུམ་

རིག་གི་ལོ་རྒྱུས་དེའང་འབྲས་སྒོ་ཆང་ཞིང་གུ་ལོ་
 པ་ཞིག་དུང་འབྲི་མ་ཐུབ། རོ་མ་བཤད་ན། ལོ་
 རྒྱུས་ཀྱི་རྒྱབ་ལྗོངས་དེས་ཅན་དེའི་འོག་ནས་གསར་
 དུ་དར་ཞིང་འཕེལ་རྒྱས་སྒྲིན་པའི་ཚུམ་རིག་གསར་
 བ་འདི་དང་དུས་ཀྱི་བོད་པ་ཆང་གི་ཆེས་སྒྲ་ན་
 མཐོ་ཞིང་གཞན་ལ་རོམ་རེ་ཆོག་པའི་གསར་བྱུང་
 གི་རིག་ཆན་ཞིག་ཡིན་པ་རེད། འདི་ཉིད་དར་བ་
 ལ་བརྟེན་ནས་བོད་ཀྱི་གཞོན་སྐྱེས་མང་བོ་ཞིག་
 གི་འདོད་སྒོ་ཁེངས་ཤིང་མི་བྱ་དོ་ཁྱར་གྱི་བསམ་
 སློའི་སྒྲུག་གུ་དེའང་རིམ་གྱིས་འབྲས་ཤིང་འདབ་
 མ་བཞད་པར་ཉ། དེ་ལྷན་འདྲེན་གྱི་ཚུམ་རིག་
 ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་ཁྲོད་དུ་མི་ལོ་སུམ་ཅུ་ལྷག་ལ་བོད་རྟོད་
 སྤྱད་བར་གསུམ་ཀུན་ལ་ས་བྱུང་དོ་བྱུང་དུ་སྤང་
 བའི་ཚུམ་རིག་གསར་བའི་བྱུང་ཆོས་དང་རྒྱབ་
 ལྗོངས་སོགས་ཟུར་ཙམ་མ་སྤྱིང་བ་ནི། ཅི་འདྲའི་
 རོ་ལོངས་ཤིང་ཡིད་མམ་པའི་བོད་ཀྱི་“ཚུམ་རིག་ལོ་
 རྒྱུས་”ཀྱི་སྟོང་ཆ་ཆེ་ཤོས་ཤིག་རེད་ཨང་།

མདོར་ན་བོད་ཀྱི་ཚུམ་རིག་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་
 རྒྱབ་ལྗོངས་དང་གནད་དོན་མང་བོ་མང་བོ་ཞིག་
 ལ་དུང་ཞིབ་འཇུག་དང་ཁ་གསལ་བྱ་དགོས་པ་
 བྱི་ཁ་ཆ་དགོས་གཏུག་གི་ལས་དོན་གལ་ཆེན་ཞིག་
 ཡིན་ལ། བོད་ཀྱི་ཤེས་ཡོན་པ་ཆོས་ཕྱི་བཤོལ་དང་
 སྤྱིད་ལུག་གི་ནུས་འགྱུར་ལས་རིང་དུ་འགོངས་ཏེ་
 མིག་སྐྱེད་ཀྱི་འགན་འཁུལ་བརྟུན་པ་ཆེན་པོའི་
 སྒོ་ནས་གཞུག་དགོས་པ་ལས་སྒོ་བདེ་བག་ཐེབས་
 དང་བཞུགས་པའི་གོ་སྐབས་གཞན་ཡང་ཡོད་པ་
 མིན། འདི་ནི་དུས་རབས་ཀྱིས་རྒྱབ་ནས་དེད་
 པའི་ཅིས་ཀྱང་བསྐྱབ་དགོས་པའི་བྱ་བཞག་གལ་
 འགངས་ཆེ་བ་ཞིག་ཡིན་ཅ་ན། ཁོ་བོས་ཀྱང་ཚུམ་
 ཡིག་འདི་བརྒྱུད་ནས་སྒོ་དཀར་སེམས་དཀར་
 ཀྱིས་བོད་ཀྱི་ཤེས་ཡོན་པའི་སྤེལ་རེ་འབོད་ཐེངས་
 གཅིག་ཞུས་པ་ཡིན།

དང་པོ།

དེ་ཡང་ཐོག་མར་མེ་མི་འབྲུག་གིས་གསུངས་པའི་《གནས་བརྒྱུད་》དུ། “ཀླུ་པར་དབྱེ་པའི་གནས་ནི་སྐྱ་གཅིག་ཀྱང་ཏུ་བསྐྱར་ཏུ་བརྟུབ་པ་དང་། སྐྱ་གཅིག་དོན་ཐམས་ཅད་ལ་འཇུག་ཏུ་རུང་པའི་མིར་སྟོན་པའི་སྐྱའི་གནས་སོ།”ཞེས་དང་། དེའི་འགྲེལ་པར། “དེ་ལ་སྐྱར་བྱེད་ཀྱི་ཡི་གེ་ནི་ཤུ་ཙམ་གཅིག་དང་སྐྱ་ཙམ་དུ་སྤང་ནས་སྐྱ་གཅིག་སྐྱ་ཐམས་ཅད་ཏུ་འཇུག་ཏུ་རུང་པའི་དོན་ནི། བེལ་ལྷ་ཞེས་བྱ་ཆུ་པར་འབྱེད་པའི་དོན་ཡིན་གྱི། བྱེད་པའི་གནས་ལྷ་བྱ་སྐྱད་ཀྱི་བྱིངས་ཙམ་ལ་བསྐྱར་བ་མ་ཡིན་ནོ།”ཞེས་དང་། “ཀླུ་པར་དབྱེ་བའི་བསྐྱར་བ་བརྟུབ་བོད་པ་དང་བརྒྱད་དོ། དེ་ཡང་སྐྱ་གཅིག་སྐྱ་ཐམས་ཅད་ཏུ་སྐྱར་ཏུ་རུང་བས། སྐྱ་གཅིག་གིས་དངོས་པོ་ཀྱང་བརྗོད་ཏུ་རུང་བ་ཡིན་ཏེ། དེ་ཡང་བསྐྱར་པའི་གནས་ཀྱིས་ཡིན་ནོ།”ཞེས་དང་། “དེ་ནི་བསྐྱར་བ་བརྟུབ་ཞེས་བྱ་སྟེ། དེ་དག་གང་ཕན་ཚུན་གང་བསྐྱར་ཏུ་བརྟུབ་པའི་སྐྱ་གཅིག་སྐྱ་ཐམས་ཅད་ལ་འཇུག་པར་ཅུས་པ་ཡིན་ནོ། དེའི་དབང་གིས་སྐྱ་གཅིག་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་ལ་འང་འཇུག་པ་ཡང་ཡིན་ནོ། །བརྒྱད་པ་བོད་པ་ལ་ནི་བསྐྱར་བ་མེད་དེ། བསྐྱར་བ་བརྟུབ་གང་ཏུ་བསྐྱར་བ་ཆུང་ལ་བོད་པས་བརྒྱད་པ་བོད་མི་ཞེས་བྱ་སྟེ། དེ་ལྟར་བསྐྱར་བ་བརྟུབ་བོད་པ་དང་བརྒྱད་ལ་ཀླུ་པར་དབྱེ་བ་ཡིན་ནོ།”ཞེས་བྱུང་བར་ཀན་པ་རྩ་ཆུ་མཚན་གྱིས་བཅུམས་པའི་《འཛུལ་གྱིང་ཆུན་གཅིག་》ནང་། “སྐྱ་གཅིག་སྐྱ་ཐམས་ཅད་ཏུ་སྐྱར་ནས་དོན་གྱི་དངོས་པོ་ཀྱང་བརྗོད་ཏུ་རུང་བས་ངག་གམ་བརྗོད་པ་ཐམས་ཅད་ཀླུ་དབྱེ་བརྒྱད་པོ་གང་རུང་སྟོན་བྱེད་ཏུ་ཀླུ་པར་དབྱེ་པའི་ངག་དེ་ཀླུ་དབྱེའི་མཚན་ཉིད་ཡིན།” ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལེགས་སྐྱར་གྱི་ཀླུ་དབྱེ་ཞེས་པའི་གོ་དོན་རྩིས་སུ་མཐུན་

པའི་སྟོན་པ་བཞག་ཡོད་པ་རེད། དེ་ལྟར་ཡིན་པའི་སྐྱབ་བྱེད་ཀྱི་རིགས་པ་གཙོ་བོ་ཡང་སྐྱ་གཅིག་སྐྱ་ཐམས་ཅད་ཏུ་བསྐྱར་ཏུ་བརྟུབ་པའི་སྐྱབས་སུ་གཞི་བུམ་པའི་སྟེང་ཏུ་ཀླུ་དབྱེ་བརྟུབ་ཀླུ་པར་དབྱེ་གྱི་དོན་ལ་འཇུག་ཚུལ་གྱི་དཔེར་བརྗོད་བཞོད་པ་དང་། ཀླུ་དབྱེ་དང་བོའི་གཅིག་ཆིག་དང་། གཉིས་ཆིག་མང་ཆིག་བཅས་ཀླུ་དབྱེའི་ཆུན་མཚན་ཉིད་པ་མིན་ཡང་། རྩིས་མཐུན་ཙམ་དུ་ཁས་སྤངས་ན་བརྟུབ་གསུམ་ཉེར་གཅིག་ཏུ་འཇུག་པ་སོགས་ཤན་ཤུགས་ཐེབས་པ་མ་གཏོགས་བོད་ཀྱི་སྐྱད་ཡིག་དང་། སྐྱད་ཀྱི་གཤིས་ཀར་དགོས་མཁོ་ངེས་ཅན་ཏུ་ཡོད་པའི་ཕྱད་ཉིད་དང་། དག་དང་། ཀླུ་པར་བཅས་ཡོད་པའི་བྱག་དཔེའི་ནང་ཏུ་བོད་ཉིད་ཏུ་འགོ་དང་། བོད་དག་ཏུ་འགོ་དང་། བོད་ཀླུ་པར་འགོ། ཞེས་པ་ལྷ་བྱ་མཛུལ་ཆུ་མི་འཇུག་པས། བརྗོད་པའི་གཞུང་ལས་གསུངས་པ་ཡོད་ཆད་དཔེས་བཀའ་བྱེད་དགོས་པའི་ངེས་པ་ཞིག་ཞེ་ཡོད་ན་སྟེ།

ཡང་《མཁས་པའི་མགུལ་ཆུན་སུ་ཏིག་ཕྱིང་མཛེས་》ལས། “ཀླུ་དབྱེ་ཞེས་པ་ནི་ལེགས་སྐྱར་གྱི་སྐྱད་ལ་མིང་གི་མཐར་སྐྱར་བས་ཆིག་ཏུ་འབྲུབ་པར་བྱེད་པའི་ཆུན་མི་སོགས་བརྟུབ་གསུམ་ཉི་ཤུ་ཙམ་གཅིག་པོ་ཆུང་ཏེ། དོན་ཐོབ་ཀྱི་དབང་གིས་རྗོད་པར་བྱེད་པའི་སྐྱད་རིགས་ཐམས་ཅད་ལ་ཀླུ་དབྱེ་དེ་ཀླུ་པར་མེད་པ་མི་སྤྱིད་པས་མཁན་པོ་འདིས་བོད་ཀྱི་སྐྱད་ལ་འང་ལེགས་སྐྱར་དང་བསྐྱར་ནས་ཀླུ་དབྱེ་དེ་ཀླུ་པར་གྱི་འཇུག་པ་གསལ་བར་མཛད་པ་ཡིན་ནོ།”འགྲེལ་ཆེན་ཏུ་གསུངས་པའི་དགོངས་པ་གོང་བཤད་ལྟར་མཐུན་པར་སེམས་བཞིན་ཡོད་ཀྱང་། འདིར་ཀླུ་དབྱེ་ཞེས་པའི་གོ་དོན་ཞིག་གསུངས་མེད་ལ། དེ་ནི་ཀླུ་དབྱེ་ཞེས་པ་གང་ལ་ངོས་འཛིན་བྱེད་དགོས་མིན་གསུངས་པ་

ཡིན་གྱི་མཆན་ཉིད་ཅིག་གསུངས་མེད་ཀྱང་། ཡང་
ཨ་ཏུ་ཡོངས་འཛིན་དབྱངས་ཅན་དགའ་བའི་སྒོ་
གྲོས་ཀྱི་རྟགས་འཇུག་《རབ་གསལ་སྤང་བ་》ལས།
“ཀླུ་དབྱེ་ཞེས་པ་ནི། ཆོས་གཉིས་མ་འདྲེས་པར་
སོ་སོར་འབྱེད་པར་བྱེད་པའི་སྐྱའི་ཆ་ཤས་སམ་ཆིག་
ཕྱད་ཅིག་ལ་ཀླུ་དབྱེ་ཞེས་པ་ཡིན་ཏེ། ཀླུ་དབྱེ་
དང་པོ་དོན་གྱི་ངོ་བོ་ཅམ་བཟོད་པ་བྱམ་པ་ཞེས་པ་
ལའང་བྱམ་པའི་ངོ་བོ་ཆོས་གཞན་དང་མ་འདྲེས་
པར་འབྱེད་པའི་སྐྱའི་ཆ་ཤས་ཤིག་ཡོད་པར་ཁས་
ལེན་དགོས་སོ།”ཞེས་གསུངས་པར་གཞིགས་ན་ཨ་
ཏུ་ཡོངས་འཛིན་གྱིས་གསུངས་པའི་ཀླུ་དབྱེ་ཞེས་
པའི་གོ་དོན་དེ་ལྟར་བཞག་པའི་དབང་དུ་བཏང་
ན་བྱམ་པ་ཞེས་མིང་དེ་ཆོས་ཅན་བཟོད་པའི་མིང་
ཡིན་ཞིང་། དེ་ཉིད་གཅིག་ཡིན་པ་ལས་ཆོས་གཉིས་
རི་ལྟར་བྱས་ནས་སྐབ་པར་བྱས།

གལ་ཏེ་ཀླུ་འབྲེལ་ལས་གསུངས་པ་ལྟར་
དུ་རྟོག་པ་ཐམས་ཅད་རང་ཡུལ་དུ་འཇུག་པའི་ཆེ་
ན་སེལ་འཇུག་དུ་ཁས་སྐྱབས་པའི་ཕྱིར་ན་སྒྲོན་མི་
འཇུག་གོ་སྒྲུལ་ན། དེ་ནི་སྐབས་དོན་འཆམ་མིན་
བརྟག་དགོས་པ་མ་གཏོགས་གཞུང་ཆེན་མོའི་
དགོངས་པ་དང་ཅུང་ཟད་ཅིག་མཐུན་པ་ཡོད་པའི་
རྒྱ་མཆན་དུ་བྱས་ཏེ་བཤད་ཡམས་དང་རི་བོང་
ཅལ་འདྲོགས་ཀྱི་དཔེ་ལྟར་གྱུར་ན་མི་འགྲིགས་
སྒྲུལ། ཡང་མཁས་པའི་དབང་པོ་ཆེ་ཏན་ཞབས་
བྱུང་གིས། ཀླུ་དབྱེའི་གོ་དོན། “ཆོས་གང་ཡང་
རུང་བ་ཞིག་གི་མིང་ཆིག་དེ་གཞན་དང་མ་འདྲེས་
པར་ཀླུ་པར་ཏེ་སོ་སོར་དབྱེ་ཞིང་འབྱེད་བྱས་པའི་
སྐྱའི་ཆ་ཤས་སུ་གྱུར་པའི་ཆིག་ཕྱད་ཅིག་ལ་ཀླུ་
དབྱེ་ཞེས་བྱ་སྟེ། དཔེར་ན། གནམ་གྱི་ཞེས་བཟོད་
པའི་སྐྱ་དེ་ལ་ས་ཐོག་རི་རབ་ཁང་བྱིས་སྟེན་གྱིང་
སོགས་དང་། བར་སྤང་གི་ཉི་མ་སྐར་གསུམ་འཇུང་
སྟེན་སོགས་ཀྱི་མིང་དང་མ་འདྲེས་པར་འབྱེད་པའི་

སྐྱའི་ཆ་ཤས་བྱས་པ་ཅན་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་ལ་ཀླུ་
དབྱེ་དང་པོ་མིང་ཅམ་བཟོད་པ་ཞེས་འདྲོགས་པ་
བཞིན་ནོ། དེས་ན་མིང་རྒྱང་ཡོད་ཆད་དང་བྱ་བྱེད་
ལས་གསུམ་སྐལ་ཆིག་དང་བཅས་པ་འདིའི་ཁོངས་
སུ་བསྟུའོ།”ཞེས་གསུངས་པར་གཞིགས་ན་ཡང་
ཆོས་ཀྱི་སྐྱད་ཆ་ཅམ་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་ལས་ཆེ་
བ་ལས། རང་གིས་བཞག་པའི་ཀླུ་དབྱེའི་གོ་དོན་
དང་འབྲེལ་ཆགས་པ་ཡོང་བའི་སྐྱད་དུ་དམིགས་
པ་ཡིན་གྱི་འཐད་ལྡན་གྱི་རྒྱ་མཆན་ཞིག་ཡིན་མིན་
ཀྱན་གྱིས་མཁྱེན་གསལ་ལྟར་ཟད་དེ། གལ་ཏེ་བྱེད་
གྱིས་གསུངས་པའི་རྒྱ་མཆན་དེ་ལྟར་ཡིན་དུ་ཆུག་
ཀྱང་། དེ་ནི་མིང་བཏགས་པའི་དགོས་དམིགས་
བཤད་པ་དང་། ཀླུ་དབྱེའི་གོ་དོན་བཤད་པ་
གཅིག་མཆུངས་སུ་ཐལ་བའི་ཉེས་པ་ཡོད་དེ། ཀླུ་
དབྱེ་ཞེས་པའི་མིང་དོན་ཅམ་ལ་བསམས་ན་ཡང་
ཀླུ་པའམ་ངོ་བོ་གཞན་ཞིག་སོ་སོར་དབྱེ་རྒྱ་ཡོད་
པའི་དོན་དུ་གོ་དགོས་ཏེ། བོད་རྒྱ་ཆིག་མཛོད་ཆེན་
མོ་ལས། “ཀླུ་དབྱེ། (1)བཟོད་དོན་ཕན་ཚུན་མ་
འདྲེས་པར་སོ་སོར་འབྱེད་པར་བྱེད་པའི་སྐྱའམ་
ཁྱེན། (2) བྱུང་པར། ” ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར།
མཆན་གཞི་བྱམ་པའི་སྐྱེང་དུ་ཀླུ་པར་དབྱེ་གཞི་
དང་ཀླུ་པར་འབྱེད་ཆོས་དང་། དེ་གཉིས་ཀྱི་བྱུང་
པར་གྱི་ཆོས་ཤིག་བསྐབ་དགོས་པ་ལས། བྱེད་གྱིས་
སྟེན་གཞི་བྱམ་པ་ཞེས་བཟོད་པའི་མིང་དེ་ཉིད་
མིང་དོན་ཆོས་གཞན་ཞིག་དང་མ་འདྲེས་པའི་རྒྱ་
མཆན་ཁོ་ནར་བཀལ་བ་ལས་གཞན་པའི་སྐབ་བྱེད་
གང་ཡང་མི་སྤྱང་ངོ།

ཡང་《བརྗེ་སྟོན་སྟོ་གསལ་དགའ་སྟོན་》
ལས། “ཀླུ་དབྱེ་ཞེས་པའི་གོ་དོན་ནི། ངོ་བོ་དང་
ཡུལ་དང་བྱ་བྱེད་པ་བོ་དང་བྱེད་པ། བྱུང་གཞི་
དང་བྱུང་ཆོས་སོགས་གང་རུང་མ་འདྲེས་པར་སོ་
སོར་ཀླུ་པར་དབྱེ་བར་བྱེད་པས་ན། ཀླུ་དབྱེ་ཞེས་

བཟོད་དོ། "ཞེས་གསུངས་པར་གཞིགས་ན་གོང་དུ་
བཤད་མ་ཐག་པའི་ནམ་དཔེའི་གོ་དོན་དེར་སྟོན་
ཆ་ཞིག་འདུག་གི་ཡོད་པ་གཞིགས་ཏེ། དེ་མི་འདུག་
པའི་ཆེད་དུ་ཁ་སྟོན་གྱི་ཆིག་འབྲུ་མི་ཉུང་བ་ཞིག་
བསྟན་ཡོད་པ་རེད། གལ་ཏེ་དཔུ་དགོ་བསམ་གཏན་
ཁྱིས་དེ་ལྟར་གསུངས་པ་ཞིག་མིན་པའི་དབང་དུ་
བཏང་ན། ནམ་དཔེའི་གོ་དོན་གསུངས་པའི་སྐབས་
ཀྱི་ནམ་དཔེ་བརྒྱད་ཀའི་མིང་བཟང་དགོས་དོན་
མི་འདུག་སྟུག། ལྟག་པར་དུ་མཆོད་གཞིའི་དཔེར་
བཟོད་དང་སྐར་ནས་འབྲེལ་བཟོད་གང་གནང་བ་
དེ་དག་གྲང་རང་གི་ཞེ་འདོད་སྐབ་བྱེད་དུ་བཀོད་
པ་པལ་ཆེར་ཡིན་ཅིང་། འོན་ཏེ་ད་དུང་ཡང་ཁོང་
གིས་གསུངས་པ་ལྟར་དུ་ཁས་ལེན་ན་ནམ་དཔེའི་
གོ་དོན་ཡང་དག་ཅིག་ཆགས་གྱི་ཡོད་མེད་བརྟག་
དགོས་པ་ཡིན་གྱི་མཁས་པས་བཤད་ན་ཅི་ཡང་
བདེན་ཟེར་བའི་ཆེས་སྤྱི་འབྲང་བར་མི་བྱའོ། དེ་
བས་ན་གསེར་ཏྲོག་སྟོ་ཚུལ་གྱིས། "བཟོད་པའི་དག་
གཞན་གང་ཡིན་ནམས་ནམ་དཔེ་བརྒྱད་པོ་གང་
རུང་གི་གནས་སྟོན་བྱེད་དུ་ཆོས་གཉིས་ཀྱི་ནམ་པ་
མ་འདྲེས་པར་སོ་སོར་དཔེ་བ་སྟེ་འབྱེད་པར་བྱེད་
པའི་སྐྱེ་ཡིན་པས་ན་ནམ་དཔེ་ཞེས་བྱའོ།" ཞེས་
གསུངས་པར་གཞིགས་ན་མཁས་དབང་དཔུ་དགོ་
བསམ་གཏན་གྱིས་གསུངས་པའི་ནམ་དཔེའི་གོ་
དོན་དེ་འཐད་ལྟན་ཞིག་དུ་མ་དགོངས་པའམ་གང་
ཡིན་ཆ་མ་འཆོལ་ཡང་། བསྟན་དར་ལྟ་རམས་པས་
མཛད་པའི་ནམ་དཔེའི་གོ་དོན་གྱི་གྲུབ་ཆ་དང་།
མཁས་པ་པལ་ཆེ་བས་མཛད་པའི་ནམ་དཔེའི་གོ་
དོན་གྱི་གྲུབ་ཆ་དེ་གཉིས་ཀའི་ལེགས་ཆ་ནམས་
བསྐྱར་ནས་གསུངས་པ་ཞིག་ཡིན་པས། ཡར་རྒྱས་
ཀྱི་ནམ་པ་མངོན་གསལ་དོད་པོ་ཞིག་བྱུང་ཡོད་
པ་མཆོད་རྒྱས་ཤིང་། ནམ་དཔེའི་གོ་དོན་གསུངས་
པའི་སྐབས་སུ་མཁས་པ་ཀུན་གྱི་ཐུགས་དགོངས་ན་

གུ་དོག་པའི་ལྟ་གྲུབ་ཅིག་ཡོད་པ་ནི་མཆོད་མཆོད་
ཁུབ་པ་སྟོ་བརྒྱད་ཀྱི་འབྲེལ་བ་ཞིག་སྐབ་དགོས་
པར་དགོངས་ཤིང་། གྲུབ་མཐའི་ལྟ་གྲུབ་དང་། ཐ་
སྟོན་རིག་གནས་བཤད་པའི་སྐབས་ཀྱི་ལྟ་གྲུབ་
གཉིས་ཉ་དང་ཉུང་མ་མཉམ་བཤེས་བྱས་པ་ཞིག་
ཡིན་པ་ནི་སྟོན་ཅི་ལ་དགོས། དེ་ལྟར་ཡང་དཔེར་
རིས་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་བཙམས་པའི་《བརྟ་སྟོན་
གསལ་བྱེད་དག་སྟོན་》ལས། "ནམ་དཔེ་དང་ཆིག་
སྟོན་ཀྱི་ཁྱད་པར། ནམ་དཔེའང་ཆིག་སྟོན་ཡིན་
ཅིང་། ཆིག་སྟོན་ལས་ལོགས་སུ་བཀར་དོན་ནི། དེ་
གཉིས་ཀྱི་རྒྱས་པ་མི་གཅིག་ ནམ་དཔེ་ནི་གཙོ་ཆེར་
བདག་གཞན་ཆོས་གཉིས་ནམ་པར་དཔེ་བའི་སྐྱེ་སྟེ།
ཆོས་གཉིས་གནད་དུ་བརྒྱུད་ནས་ཆིག་དུ་བསྐྱབ་
པ་ལ། སོ་སོའི་ནམ་པ་མ་འདྲེས་པར་བྱེ་བའི་དུང་། གཙོ་
ཆེར་བྱ་བའི་ཡུལ་ལམ། བྱེད་པའམ། དགོས་པའམ།
འབྲུང་ཁུངས་སམ། འབྲེལ་བའམ། རྟེན་གཞི་སོགས་
དོན་ངེས་ཅན་ཞིག་གསལ་བར་བྱེད་པའི་སྐྱེ་ཡིན་
ལ། སྐྱེ་དེ་ཆིག་སྟོན་དུ་མ་བསྟག་ན། ཆོས་གཉིས་ཀྱི་
ངོ་བོ་གཅིག་དུ་འདྲེས་ནས་དོན་ཁོ་ཐག་ཅིག་སྟོན་
མི་སྤྱིད་པས། ཆིག་སྟོན་དུ་མེད་དུ་མི་རུང་བ་ཞིག་
ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན། སྟོན་ཁང་དུ་འགྲོ། ཞེས་པར།
ལའི་དོན་ཅན་གྱི་དུ་སྐྱེ་མ་སྐྱར་ན། འགྲོ་སའི་ཡུལ་
དང་འགྲོ་བའི་བྱ་བ་གཉིས་ངོ་བོ་གཅིག་པར་གྱུར་
ནས། སྟོན་ཁང་རང་འགྲོ་བའི་དོན་ཅན་དུ་འཁྲལ་
བར་གྱུར་འགྲོ་འོ། ཞེས་གསུངས་པའི་སྐབས་ཀྱི་
ནམ་དཔེའི་གོ་དོན་གྱི་རྒྱར་ན་གཙོ་བོ་ཞེས་པ་
དང་། བདག་གཞན་ཆོས་གཉིས་ཞེས་སྐྱར་བ་ལ་
ནམ་བཅད་ཀྱི་སྐྱེ་ཡིན་སྟུགས། གཙོ་བོ་ཞེས་པས་
ནམ་དཔེ་དང་པོ་དང་། ནམ་དཔེ་བརྒྱད་པ་ལྟ་བུར་
བདག་གཞན་ཆོས་གཉིས་ལོགས་སུ་དགར་རྒྱ་མེད་
པ་དེ་ནམ་པར་བཅད་ནས་ཡོངས་གཙོ་དུ་ནམ་
དཔེ་ལྟག་མ་ནམས་ལ་བདག་གཞན་ཆོས་གཉིས་

ནམ་པར་དབྱེ་རྒྱ་ཡོད་པ་གོ་བའི་སྐད་དུ་གསུངས་
 པ་ཞིག་ཡིན་པ་རེད། འོན་ཏེ་བདག་གཞན་ཆོས་
 གཉིས་ཞེས་པའི་སྐབས་ཀྱི་བདག་གཞན་གྱི་ཆིག་
 སྒྱར་དགོས་པའི་རྒྱ་མཆན་གསལ་ཁ་དེ་ཙམ་མི་
 འདུག་ལ། འདིར་གསུངས་པའི་བདག་གཞན་
 དང་ཉགས་འདུག་སྐབས་ནས་བསྟན་པའི་བདག་
 གཞན་གཉིས་ལ་གོ་རྒྱ་གཅིག་ཐ་དད་གང་ཡིན་
 གསུང་དགོས་ཤིང་། ཡང་ཆོས་གཉིས་གནད་དུ་
 བཟུང་ནས་ཞེས་པའི་ཆོས་གཉིས་དང་། གོང་ནས་
 བདག་གཞན་ཆོས་གཉིས་ཞེས་པ་དེ་གཉིས་དོན་
 གཅིག་དང་། ཐ་དད་གང་ཡིན་རྒྱ་མཆན་གསུང་
 དགོས་པ་ཡིན། གལ་ཏེ་དེ་ལྟར་གསུང་རྒྱ་མཆན་
 དགོས་མེད་ཀྱི་བཤད་པ་ཙམ་དུ་བསམ་ཤིང་། གསུང་
 རྒྱ་ཡོད་ཀྱང་གསུང་དགོས་པའི་དུས་ལ་མི་བསྐྱབ་
 པ་གང་ཡིན་མཁེས་ཀྱང་། གོ་དོན་དེ་ལྟར་བཞག་
 པ་ཡང་ཆ་བའི་ཆ་ནས་ཆིག་མང་ཞིང་དོན་ཚུང་བ།
 སྒོ་དོར་འདྲིན་དཀའ་བའི་ཕྱིར་ན། བསྟན་དར་ལྟ་
 རམས་པས་བཅུམས་པའི་《ཡིག་བཤད་མཁས་པའི་
 ཁ་རྒྱན་》ལས། “གཉིས་པ་ཆིག་གི་ནམ་དབྱེ་ནི།
 བདག་(ངག་)གཞན་ནམ་དབྱེ་བརྒྱུད་པོ་གང་རུང་
 གི་གནས་སྟོན་བྱེད་དུ་ནམ་པར་དབྱེ་བར་བྱ་བའི་
 སྐད་དེ། ནམ་དབྱེའི་མཆན་ཉིད་ཡིན། “ཞེས་གསུངས་
 པ་ལྟར་དུ་ཁས་ལྷངས་ཀྱང་མི་ཆོག་པ་ཞིག་མེད་དེ།
 གོང་དུ་བཤད་མ་ཐག་པ་དང་བསྟར་ན་ཁོང་གིས་
 གསུངས་པ་དེ་ལེགས་བཤད་དུ་གོ་དགོས་ཏེ། ཆིག་
 ཉུང་ཞིང་བསྟན་དོན་ཡང་ཟབ་པའི་རང་བཞིན་
 ལས་མ་འདས་པའི་ཕྱིར་ཏེ། འགོས་པ་རྒྱ་རྒྱལ་མཆན་
 གིས། “གཉིས་པ་ཆིག་ནམ་དབྱེ་ནི་ངག་གཞན་ནམ་
 དབྱེ་བརྒྱུད་པོ་གང་རུང་གི་གནས་སྟོན་བྱེད་དུ་
 ནམ་པར་དབྱེ་བར་བྱ་བའི་སྐད་དེ་ནམ་དབྱེའི་མཆན་
 ཉིད་ཡིན། ཞེས་གསུངས་པ་ནི་ལེགས་བཤད་དོ།

དེ་མིན་བོད་ཀྱི་མཁས་པས། ཆོས་གཉིས་

མ་འདྲེས་པར་སོ་སོར་དབྱེ་བས་ན་ནམ་དབྱེ་ཞེས་
 ནམ་དབྱེའི་མཆན་ཉིད་དུ་འདོད་ཀྱང་ནམ་དབྱེ་
 དང་པོ་དང་བརྒྱུད་པའི་སྐབས་དབྱེ་རྒྱུའི་ཆོས་
 གཉིས་མ་ཐོབ་པའི་འོ་བརྒྱལ་དུ་འཕྱར་དང་
 མཚུབ་མོ་ཞལ་ལ་འཇུག་(འཇུགས་)དགོས་འོང་བ་
 ཡིན།” ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར་རོ།

ཡང་དོར་ཞི་གདོང་དུག་སྟེ་མས་པའི་སྒོས་
 བཅུམས་པའི་《བད་སྟོད་དོན་འགྲེལ་ཟབ་གནད་
 ཀུན་གསལ་》ལས། “ནམ་དབྱེ་ཞེས་པ་ནི། མིང་
 ནམས་ཆིག་དུ་བསྐྱབ་པའི་ཆེ། ཆིག་གི་ཆ་ཤས་སུ་
 རྒྱར་པའི་མིང་སོ་སོའི་བྱེད་ལས་ཀྱི་རོ་བོ་གཞན་
 དང་མ་འདྲེས་པར་གསལ་བར་བྱེད་ཅིང་། ཆིག་གི་
 བསྟན་དོན་ངེས་པར་བྱེད་པའི་རྒྱས་པ་དང་ལྡན་
 པའི་རྒྱུན་ཁྱད་པར་ཅན་སྒྱུར་ཚུལ་གྱི་ནམ་གཞག་
 ཅིག་རེད་”ཅེས་གསུངས་ཀྱང་འཐད་ལྡན་ཡིན་
 མིན་བཟག་དགོས་ཏེ། མཆན་ཉིད་ཀྱི་ཟུར་དང་
 པོར་མིང་ནམས་ཆིག་དུ་སྐྱབ་པའི་ཆེ་ཞེས་པའི་
 མིང་ཆིག་དང་། མིང་ཆིག་བརྟོད་པ་གསུམ་གྱི་སྟེས་
 བྱེད་པའི་མིང་ཆིག་དང་། སྒྱིར་བཏང་གི་མིང་ཆིག་
 བཅས་ལ་ཁྱད་པར་ཅི་ཞིག་ཡོད་མེད་དང་། ཟུར་
 གཉིས་པའི་སྐབས་སུ་ཆིག་གི་ཆ་ཤས་སུ་རྒྱར་པའི་
 མིང་ཞེས་པ་གང་ལ་ངེས་འདྲིན་དགོས་པ་དང་།
 ཆིག་གི་བསྟན་དོན་ངེས་པར་བྱེད་པའི་རྒྱས་པ་
 དང་ལྡན་པའི་རྒྱུན་ཁྱད་པར་ཅན་དེས་ནམ་བཅད་
 ཀྱི་སྒྱ་ཡིན་པས། དེས་ཅི་ཞིག་ནམ་གཅོད་ཀྱི་དོན་
 ཡོད་མེད་མི་ཤེས་ཤིང་། གལ་ཏེ་རྒྱུན་ཁྱད་པར་ཅན་
 མིན་པའི་མཆན་གཞི་ཞིག་བསྟན་རྒྱ་ཡོད་ན། དེ་
 ལྟར་ཡིན་པའི་སྐབས་བྱེད་ཀྱི་ལུང་རིགས་བཅས་
 གསུངས་པ་འཆལ།

ཡང་《བད་སྟོད་རིན་ཆེན་བང་མཛོད་》
 ལས། “དོན་གྱི་རོ་བོ་འཇུག་པར་གྱི་ཆོས་སོ་སོར་
 འབྱེད་པས་ན་ནམ་དབྱེ་ཞེས་བྱའོ།” ཞེས་དང་།

ཞིང་གཤེགས་མཁས་དབང་སྒྲོ་བཟང་རྒྱ་མཚོ་
 མཚོག་གིས་སྐབས་འདིར་ཅམ་དཔེའི་གོ་དོན་དེ་
 ལྟར་བཞེད་ཀྱང་། ཡང་དག་འཐད་མིན་ནི་གོང་དུ་
 བཤད་ཅིན་པའི་ཅམ་དཔེའི་གོ་དོན་དང་གཅིག་
 མཚུངས་སུ་ཡོད་སྟབས། ཆོག་གིས་སྒྲོས་པ་མི་
 བྱའོ། དེ་བཞིན་དུ་ཆོ་དོན་གྱིས། “ཅམ་དཔེ་ཞེས་
 པའང་ཆོག་སྤང་ཡིན་པོད། དེ་ཡང་སྒྱུར་གཞི་མིང་
 དེ་ལ་ཅམ་དཔེའི་སྤང་དེ་དང་དེ་སྒྱུར་བས་སྐབས་
 སོ་སོར་གོ་དོན་མི་འདྲ་བ་རེ་སྟོན་པའམ་ཅམ་པར་
 དཔེ་བས་ཅམ་དཔེ་སྟེ། བྱ་བའི་ཡུལ་དང་། བྱེད་
 པའམ། དགོས་པའམ། འབྲུང་ཁུངས་མམ། འབྲེལ་
 པའམ། རྟེན་གཞི་སོགས་ངེས་ཅན་ཞིག་གསལ་
 པར་བྱེད་པའི་སྒྲ་ཞིག་ལ་བཞེད་པ་ཡིན། སྒྲ་དེ་
 རིགས་ཆོག་སྒྱུར་དུ་མ་བརྟུག་ན་ཆོས་གཉིས་རོ་བོ་
 གཅིག་དུ་འབྲེལ་ནས་དོན་ཁོ་ཐག་ཅིག་བསྟན་མི་
 སྟོན་པའམ་འབྲེལ་བ་ཅན་ཞིག་བསྟན་པས་ཆོག་
 སྒྱུར་ནང་མེད་དུ་མི་རུང་བ་ཡིན། “ཞེས་གསུངས་
 པར་གཞིགས་ན་ཅམ་དཔེ་དང་པོ་དང་། བརྒྱད་
 པ་གཉིས་ཅམ་དཔེ་མ་ཐལ་དེ། “ཅམ་དཔེ་དང་
 པོའི་གཅིག་ཆོག་གིས་ནི་དོན་གྱི་རོ་བོ་ཅམ་ལས་
 གཞན་མི་སྟོན་ལ་”ཞེས་དང་། ཡང་ཁ་ཅིག་དགག་
 པའི་སྐབས་སུ་ཡང་། གྲུ་ཞེས་པ་བོད་པའི་ཅམ་
 དཔེར་འདོད་ཀྱང་མི་འཐད་དེ། ཅམ་དཔེ་མིང་
 གི་ཐོག་མར་སྒྱུར་བ་མེད་པ་དང་། བོད་པའི་ཅམ་
 དཔེ་ལེགས་སྒྱུར་གྱི་གཅིག་ཆོག་ལ་ཁྱད་པར་ཡོད་
 པ་ཅམ་མ་གཏོགས་རོ་བོ་ཅམ་དཔེ་དང་པོ་ལས་
 ལོགས་སུ་དཔེར་མེད་ཅིང་བོད་སྐད་ལ་དང་པོའི་
 གཅིག་ཆོག་གི་རྗེས་མི་གསལ་ཡང་གཉིས་ཆོག་
 དང་མང་ཆོག་གི་རྗེས་ཆ་མཐུན་ཡོད་པར་མ་ཟད་
 ཅམ་དཔེ་ཞིག་ངེས་པར་འཇུག་དགོས་ཤིང་གཉིས་
 པ་སོགས་གཞན་མི་འཇུག་པའི་རྒྱ་མཚན་ལས་
 དོན་ཐོབ་ཀྱིས་དེ་དང་མཚུངས་པར་མིང་མཐའ་

ཅམ་དཔེ་དང་པོ་ཉིད་དུ་ངེས་པ་ལ་སྒྱུར་ཡང་ཅམ་
 དཔེ་སྒྱུན་མི་དགོས་པའི་ཕྱིར་རོ། །
 དེས་ན་གྲུ་ཞེས་པ་ཅམ་དཔེ་མ་ཡིན་ཞིང་
 བོད་པ་གསལ་བྱེད་གྱི་སྒྲ་ཡིན་དེ། ལེགས་སྒྱུར་གྱི་
 ཉེ་སྟོན་སོགས་དང་མཚུངས་པར་ཤེས་དགོས་སོ་
 ཞེས་དང་། “བརྒྱད་པ་བོད་པ་ཞེས་ཟེར་ཡང་བོད་
 པའི་ཡུལ་ལ་ཅམ་དཔེ་དང་པོ་ཉིད་འཇུག་ཅིང་གྲུ་
 དང་ཀྱ་ཡེ་སོགས་ནི་བོད་པ་གསལ་བྱེད་གྱི་སྒྲ་ཡིན་
 གྱི་ཅམ་དཔེ་མ་ཡིན་པས་ལོགས་སུ་དཔེར་མེད་དོ། །
 དེ་ལ་ཅམ་དཔེ་དང་པོའི་གཅིག་ཆོག་གིས་མིང་
 དོན་གྱི་རོ་བོ་ཅམ་ཞིག་སྟོན་པ་ནི། བྱམ་པ། ཉག་
 པ། བསྟན་པ། བྱས་པ། བསྐྱབས། བསྐྱབ། བྱབ། ལྟ་
 བྱ། བོད་སྐད་ལ་ཅམ་དཔེའི་རྗེས་ལོགས་པ་མེད་
 པས་མིང་ཅམ་དེ་ཉིད་ཡིན་ཞིང་མིང་ལ་ནི་བདག་
 གཞན་དང་དུས་གསུམ་གྱི་དཔེ་བ་ཅན་ཅམས་དང་
 མིང་རྒྱང་ཡང་རུང་སྟེ་ཁྱད་པར་མེད་དོ་”ཞེས་
 དང་། “བོད་པའི་སྒྲ་གྱི་སོགས་སྟོན་དུ་གནས་པས་
 འབོད་རྒྱུའི་མིང་འདྲེན་པར་འབྲུག་ཉེར་བའང་མི་
 འཐད་དེ། སྒྱུར་སྐུམ་ཅུ་པར་འབོད་པའི་སྒྲ་མིང་
 གི་སྟོན་དུ་སྒྱུར་བ་ཤས་ཆེ་བར་གསུངས་ཀྱང་།
 འདིར་དམིགས་བསལ་དུ་མིང་གི་མཐར་སྒྱུར་ཚུལ་
 གསུངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། སྐབས་སྟེ་འདིར་མིང་
 མཐའི་རྗེས་འཇུག་གིས་ཅམ་དཔེ་བརྒྱད་ཀྱི་འདྲེན་
 ཚུལ་འཆད་པའི་སྐབས་ཡིན་པ་གང་ཞིག་སྟོན་དུ་
 འོས་པ་ཞེས་པའང་གང་ལ་འབོད་པར་འོས་པའི་
 མིང་སྟོན་དུ་གནས་པ་ལ་དགོངས་པའི་ཕྱིར། ཕྱི་
 མ་གྲུབ་སྟེ། ཅམ་དཔེ་གཞན་ཅམས་མཐར་སྒྱུར་
 རྒྱུའི་མིང་དོན་ལ་སྟོན་དགོས་ཀྱང་བོད་པའི་སྒྲ་
 དེ་ཅམས་དང་མི་མཚུངས་པའི་དམིགས་བསལ་
 བསྟན་པའི་ཕྱིར་དེ་ལྟར་གསུངས་པར་ངེས་པའི་
 ཕྱིར་རོ། “ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། ། ལྟག་པར་དུ་
 བོད་ཀྱི་སྐད་ཀྱི་གཤིས་ཀར་ཅམ་དཔེ་དང་པོ་རོ་བོ་

ཅམ་སྟོན་པར་ཆོག་པུ་ཅིག་མི་དགོས་པ་དེ་བྱིས་
 པ་ཚུན་ཆད་ཀྱིས་ཤེས་ངེས་རེད། དེ་བས་ན་བྱེད་
 ཀྱིས་གསུངས་པའི་ནམ་དཔེའི་གོ་དོན་འཐད་ལྟན་
 ཞིག་ཡིན་མིན་རྟོགས་སྒྲ་བར་སེམས། ཡང་ཡོངས་
 འཛིན་དགོན་མཆོག་ཤེས་རབ་ཆད་གིས། “ནམ་
 དཔེ་ཞེས་པའི་དོན་ནི། ཆོས་གཉིས་མ་འདྲེས་པར་
 སོ་སོར་འབྱེད་པར་བྱེད་པའི་སྒྲའི་ཆ་ཤས་སམ་
 ཆོག་པུ་ལ་ནམ་དཔེ་ཞེས་བྱ་བ་ཡིན་ཏེ། ནམ་
 དཔེ་དང་པོ་དོན་གྱི་རོ་བོ་ཅམ་བཟོད་པ་བྱམ་པ་
 ཞེས་པའང་བྱམ་པའི་རོ་བོ་ཆོས་གཞན་དང་མ་
 འདྲེས་པར་འབྱེད་པའི་སྒྲའི་ཆ་ཤས་ཤིག་ཡོད་པར་
 ཁས་ལེན་དགོས་སོ།” ཞེས་གསུངས་པར་འབྲས་
 གྲུངས་ཆོགས་ཆེན་ཁྱི་བྱར་སྟོ་མང་གྲང་བྱ་བཞུན་
 པ་བཞུན་འཛིན་གྱི་བྱུགས་ལ་འཐད་པ་མ་བྱུང་
 བར་དགག་པ་རུང་ཟད་ཅིག་བསྟོན་གནང་མཛད་
 འདུག དེ་ཡང་ནམ་པར་དཔེ་རྒྱུ་འཛིན་གང་ཡིན་
 རོས་འཛིན་གསལ་པོ་མ་བྱས་པའི་རྒྱ་མཆན་སོགས་
 དངས་ཏེ། མཐར་རང་ཉིད་ཀྱི་སྟོ་རོར་འཐད་པའི་
 ཚུལ་གྱིས་ནམ་དཔེའི་གོ་དོན་འདི་ལྟར་གསུངས་
 ཡོད་དེ། “འདིར་ནམ་དཔེའི་དོན་ལ་མིང་ཆོག་དེ་
 གཞན་དང་མ་འདྲེས་པར་སོ་སོར་དཔེ་ཞེས་སྒྲ་
 བཤད་དོན་དང་འདྲ་” ཞེས་གསུངས་ཀྱང་། དེ་ཡང་
 དམ་པ་འགས། རང་མཆང་རི་བོ་ཅམ་ཞིག་ཁྱུང་ན་
 སྒྲས། གཞན་མཆང་ཁབ་ཀྱིས་བྱས་པ་སྒྲན་པོའི་
 གཤིས། སྒྲིང་བཞིར་འོད་ཀྱིས་ཁྱབ་པའི་རྟ་ལྷང་
 ཅན། མཆན་མོར་མེ་ཁྱེར་སྒྲིན་པོས་བྲིལ་གཞོན་
 མཆར། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ།

གཉིས་པ་ནི། ཆོག་པུ་ཀྱི་གོ་དོན་ལ་དབྱེད་པ།
 ད་ནི་ཆོག་པུ་ཀྱི་གོ་དོན་མ་དབྱེད་པའི་
 ལྷ་རོལ་རྩ་ངེས་པར་དུ་བསམ་གཞིགས་བྱ་དགོས་
 པའི་གནད་དོན་འགའ་ཞིག་བསྟན་པར་བྱ་སྟེ། ཆོག་
 པུ་ཀྱི་མཆན་ཉིད་དང་། དེའི་གོ་རིམ་རི་ལྟར་སྒྲིག་

ཚུལ། དེའི་དཔེ་བ་དུ་ཡོད་མེད། དེའི་གྲངས་ངེས།
 དེ་དངོས་བྱུགས་གང་གི་སྐབས་སྟོན་ཚུལ་བཅས་
 ལས་དང་པོ་བའི་སྟོ་རོར་གོ་བདེ་བར་བཟོད་ན།

དང་པོ་ནི། བཟེ་ཏ་སྒྲི་ཏི་རྩོ་ན་གྱི་རྟེས། «སྒྲ་
 སྟོ་མཆོན་ཆ་» ལས། “གང་ཞིག་རང་གི་དོན་མེད་
 ཅིང་། དོན་གྱི་མིང་ལ་གསལ་བྱེད་པ། ཆོག་གི་སྤང་
 ཅས་བྱ་བ་སྟེ། དེ་ལྟར་སྤང་དང་བཅས་པ་ཡིན་
 ཞེས་བྱ་བ་སྟོས་ཏེ། ཆོག་གང་ཞིག་རང་ལ་བཞུན་
 པ་བྱ་བའི་དོན་མེད་ཅིང་གཞན་ལ་སན་འདོགས་
 ཤིང་གསལ་བར་བྱེད་པ་དེ་ནི་ཆོག་གི་སྤང་ཅས་བྱ་
 སྟེ། དཔེར་ན་ལྷགས་གཉིས་སྒྲུར་བར་བྱེད་པའི་ཆ་
 ལ་ལྟ་བུའོ། དོན་གྱི་མིང་ནི་ཆོག་གང་ལ་སྟོན་པར་
 བྱེད་པའི་དོན་ཡོད་པའོ། སྤང་དང་བཅས་པ་ནི་
 སྤང་ཡོད་པའོ།” ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ།

གཉིས་པ་ནི། འབྲེལ་ཆེན་ལས། “གཉིས་
 པ་སྒྲུར་ཚུལ་ཆོག་སྤང་གྱི་འཇུག་པ་བཤད་པ་ལ།
 རྟེས་འཇུག་ལ་སྟོས་པའི་སྤང་ནམ་དཔེ་དང་བཅས་
 པ་དང་། སྤང་རང་དབང་བཤད་པ་གཉིས་ཞེས་
 གསུངས་པ་ལྟར་ཆོག་སྤང་ནམ་དཔེ་དང་བཅས་པ་
 བཤད་པ་ལ་རྟེས་འཇུག་ལ་སྟོས་དགོས་པའི་གཞན་
 དབང་ཅན་དང་། རང་དབང་ཅན་གཉིས་ཀྱི་ནང་
 བས་གཞན་དབང་ཅན་སྟོན་ལ་གསུངས་པ་དང་།
 དེ་ཡང་མང་ཁྱུང་གི་ཆ་ནས་གང་མང་བ་ཐོག་མར་
 བཤད་པ་དང་། ཁྱུང་བ་རྟེས་སུ་བཤད་ཅིང་། དེ་
 ཡང་རྟོགས་དཀའ་བ་སྟོན་དང་། རྟོགས་སྒྲ་བ་རྟེས་
 སུ་བཤད་པའི་གོ་རིམ་རྩ་བས་རི་ལྟར་བཞུན་པ་
 ལྟར་གསུངས་པའི་བྱིར་རོ།

གསུམ་པ་ནི། དེ་ལ་དཔེ་ན་གཉིས་ཡོད་དེ། རྟེས་
 འཇུག་ལ་སྟོས་པའི་སྤང་ནམ་དཔེ་དང་བཅས་པ་
 དང་། སྤང་རང་དབང་བཤད་པ་གཉིས་སོ།

བཞི་པ་ནི། སུམ་རུ་པའི་རྩ་བ་ནས་བཞུན་
 པའི་སྤང་གྱི་གྲངས་ངེས་ཚུལ་ཞིག་དང་། བཟོད་

གཞན་དག་ཏུ་གསུངས་པའི་ཕྱད་ཀྱི་གྲངས་ངེས་
དང་། ད་དུང་ཡང་ཕྱད་ཀྱི་མིང་མ་བཟགས་པའི་
རིགས་གཅིག་བཅས་ཡོད་པ་སྟེ་འགྲེལ་གཞན་
དག་ཏུ་གཟིགས་པ་འཆལ་ལོ།

ལྟ་བུ། སྟེ་མ་ཐུ་པའི་ཆ་བའི་ཆོག་ཟིན་
དུ་དངོས་སུ་བསྟན་པའི་ཕྱད་ལོ་མོགས་དང་
། སྟེ་གས་ཀྱིས་ཐོབ་པའི་ཕྱད་ཏོ་སྟེ་མོགས་ཡིན་པ་
འགྲེལ་ཆོན་ལས་སྟེ་བསྟན་བཤད་པའི་སྟེ་བས་སུ་
རྒྱ་མཚན་དང་བཅས་པ་ཞིབ་གསལ་གསུངས་ཡོད་
པས། དེ་ཉིད་ཏུ་གཟིགས་དགོས་པ་ཡིན་ནོ།

ཆོག་ཕྱད་ཀྱི་ལོ་དོན་ཐོག་མར་གསུང་
མཁན་དེ་པའི་ཏ་སྟེ་ཏི་རྒྱ་ན་གྱི་ཏི་ཁོང་ཡིན་པ་
ལོང་དུ་བཤད་ཟིན་པ་ལྟར་རོ། དེའི་རྒྱུ་ལྟར་གྱུ་
མཐེན་མི་ཏུ་གཏུག་ལག་ཆོས་ཀྱི་སྟེང་བས། “ཆོག་
ཕྱད་ཅེས་བྱ་བ་ནི་སྟེ་མིང་གཉིས་སམ་དུ་མ་སྟེ་ལ་
བའི་བར་དུ་མཚམས་སྟེར་བའམ་དོན་གསལ་བ་ལ་
ཕན་འདོགས་པར་བྱེད་ཅིང་འགའ་ཞིག་དེ་འདྲའི་
ཐོག་མཐའ་གཉིས་དང་མིང་རྒྱང་ཅམ་ལའང་དོན་
གསལ་བའམ་བརྟེན་བདེ་བ་ཕན་འདོགས་པར་
བྱེད་པའི་སྟེ་རི་ནམ་པ་ཞིག་” ཞེས་དང་། དེའི་
རྒྱུ་ལྟར་གསུངས་པ་ལྟར་ཏ་སྟེ་ཏི་རྒྱ་ན་གྱི་སྟེ་
བ་མོག་པོ་བསྟན་དར་ལྟར་མཐས་པའམ་ཨ་ལག་ཤ་
བག་དབང་བསྟན་དར་གྱིས། “ཆོག་ཕྱད་ནི། གྲང་
འང་ཡང་ཉིད་ཁོ་ན་ཅམ་སྟེ་ཏི་དེ་ཤིན་ཏུ་མོགས་
དང་། ཅིང་ཅེས་ཅེའོ་ཅེན་ཅིག་ དེ་བཞིན་དུ་ཞིང་
མོགས་དང་དེའི་ཆོ་ན་ལྟ་བུ་ནམས་ཆོག་ཕྱད་ཡིན་
ཞིང་། དེ་ནམས་རང་ཉིད་ཆོག་རྒྱང་གིས་བརྟེན་བྱ་
སྟེ་མི་རྣམས་པར་ཆོག་སྟེ་ཕྱི་ཕྱད་པར་བྱས་ནས་
དོན་སྟེན་པས་ན། ཆོག་ཕྱད་ཅེས་བྱ་སྟེ་ ཆོད་མ་
སྟེ་བདུན་ཡིད་ཀྱི་སྟེན་སེལ་ལས། ཁོ་ན་ཞེས་པའི་
ཆོག་འདི་ལ་ཆོག་ཕྱད་ཅེས་པའི་རྒྱ་མཚན་ནི་ཆོག་
གཞན་དང་ཕྱད་ན་དོན་སྟེན་ལ་མ་ཕྱད་ན་དོན་

གང་ཡང་མི་སྟེན་པས་དེ་སྟེ་ཅེས་བྱའོ། ། ཞེས་
གསུངས་པའི་སྟེར་“ཞེས་དང་། ཁོང་གི་རྒྱུ་ཨ་
ལྟ་ཡོངས་འདྲིན་གྱིས་གསུངས་པའི་ཆོག་ཕྱད་ཀྱི་
ལོ་དོན་དེ་ཆགས་ཡོད་དེ། “ཆོག་ཕྱད་ནི། ཆོག་སྟེ་
སྟེ་བར་དུ་མཚམས་སྟེར་བྱེད་དུ་འབྱུང་བ་ཤས་
ཆོ་བ་ཞིག་བྱེད་པ་ཡིན་ཞིང་། ལེགས་སྟེར་གྱི་ཆོག་
ཕྱད་ནི་སྟེ་དང་དོན་མི་འདྲའོ་” ཞེས་དང་། དེ་
མན་ཆད་ཀྱི་ལོ་རིམ་གཏན་འཁེལ་བ་ཞིག་བསྟེན་
རྒྱུ་དུས་ཆོད་མེད་སྟེ་བས། ལོ་རིམ་འཁེལ་པ་འདྲ་
པོ་ཡོད་ན་སྟེ་ག་པ་པོ་ནམས་ཀྱིས་ནོར་བཅས་ཏུ་
རྒྱུ་རེ་བཞེ། མཁས་དབང་ཆོ་ཏན་ཞབས་དྲུང་
གིས། “ཆོག་ཕྱད་ཀྱི་ལོ་དོན། མིང་ཆོག་གཅིག་
གམ་དུ་མའི་ཐོག་མཐའ་བར་གསུམ་ཅི་རིགས་ཀྱི་
གནས་སུ་ཕྱད་ཀྱི་སྟེ་དེ་སྟེར་བ་དོན་ཞིག་སྟེན་
ལ། དེ་ལྟར་མ་སྟེར་བའི་ཕྱད་ཀྱི་སྟེ་རྒྱང་པ་དེས་
སྟེ་བམ་པ་ཞིག་ལས་དོན་གསལ་བོ་གང་ཡང་མི་
སྟེན་ནོ། ། དེ་འདྲ་བ་ལ་ཆོག་ཕྱད་ཅེས་ཟེར་བ་
ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན། རི་ཆོ་ཞེས་པའི་བར་དུ་དེ་སྟེ་
སྟེར་བས་རི་དེ་ཆོ་ཞེས་བྱུང་པ་ལ་མཚོན་ན། རི་
ཆོ་ཞེས་བརྟེན་པས་རི་གང་ཞིག་ཆོ་བ་སྟེན་པ་མི་
གསལ་ཞིང་། ལྷག་པར་དེ་སྟེ་རྒྱང་བས་སྟེ་བམ་པ་
ཞིག་ལས་ཅི་ཡང་མི་སྟེན་ལ། བར་དུ་དེ་སྟེར་བས་
རི་དེ་ཆོ་ཞེས་བརྟེན་པས་སྟེར་མོལ་བྱ་ཡུལ་གྱི་མི་
དེའི་སྟེ་དོར་སྟེ་བས་དེའི་བརྟེན་བྱར་སྟེར་པའི་ཅོང་
ཁའི་སྟེ་ས་རི་དེ་གཏོས་ཆོ་བ་ཞིག་ཡིན་རྒྱ་རེད་
སྟེ་མ་པར་སྟེ་པ་ན། ཆོག་ཕྱད་ཀྱི་དེ་སྟེ་སྟེར་བའི་
དགོས་པ་ཡོངས་སུ་བྱུང་བར་སྟེར་པ་ཡིན་ནོ་” ཞེས་
དང་། དེ་བཞིན་དུ་མཁས་པའི་དབང་པོ་དཔེ་དག་
བསམ་གཏན་གྱིས། “ཆོག་ཕྱད་རང་རྒྱང་གིས་
བརྟེན་བྱ་སྟེ་མི་རྣམས་པར་ཆོག་སྟེ་ཕྱི་ཕྱད་པར་
བྱེད་པའི་རྣམས་པ་བཏོན་ཏེ་དོན་སྟེན་པས་ན། ཆོག་
ཕྱད་ཅེས་བྱའོ་” ཞེས་དང་། ཡང་གསེར་ཏོག་མ་རྒྱ་

པའི་ཏ་སྟོ་བཟང་ཚུལ་སྤྲོས་ཀྱིས་ “ཆོག་གི་སྤང་
དུ་འགྱུར་བས་ན་ཆོག་སྤང་དེ། དེ་ཡང་ཡི་གེ་ཙམ་
ཀྱི་གཞི་གཉིས་སམ་གསུམ་སོགས་དུ་མ་ཕན་ཚུན་
སྦྱར་བའི་ཆེ་དེའི་བར་དང་མཐའ་དང་། འགའ་
ཞིག་ལ་ཐོག་མར་ཡང་སྦྱར་བ་ན་མིང་ཉིད་གསལ་
བར་བྱེད་པ་དང་། བརྗོད་པ་བདེ་བར་བྱེད་པ་དང་
། མིང་གི་དོན་གསལ་བར་བྱེད་པ་དང་། ཆོག་གི་
བརྗོད་དོན་གསལ་བར་བྱེད་པ་དང་། རྒྱན་བྱེད་དུ་
ཕན་འདོགས་པར་བྱེད་པའི་སྦྱོར་རྣམས་པ་ཞིག་ཡིན་
ན། དཔེར་ན། རོ་པོ་ལ་སྦྱར་བས་རོ་པོ་ཞེས་མིང་
དང་། རོ་མཐོ་ལ་བར་དུ་སོ་སྦྱར་བས་རོ་སོ་མཐོ་
ཞེས་བརྗོད་བདེ་བ་དང་། བདག་ལ་གི་པ་སྦྱར་བས་
བདག་གི་པ་ཞེས་མིང་དོན་གསལ་བ་དང་། དོན་
དམ་ལ་པ་སྦྱར་བས་དོན་དམ་པ་ཞེས་ཆོག་དོན་
དང་། སྦྱ་མཛེས་ལ་ནི་སྦྱར་བས་སྦྱ་ནི་མཛེས་ཞེས་
རྒྱན་དུ་འགྱུར་བ་ལ་ཕན་གདགས་པར་འགྲོ་བ་
ལྟ་བུ་སྟེ། ཟངས་གཉིས་སྦྱར་བའི་ཆེ་རྣམས་ཀྱིས་ཆ་
ལ་བྱེད་པའམ་གོས་སོགས་བཟོ་བའི་ཆེ་སྦྱང་པས་
འདུབ་པ་དང་འདྲ་བར་མིང་སོགས་ཕན་ཚུན་སྦྲེལ་
བའི་བར་དུ་མཆམས་སྦྱར་བ་ཡིན་ནོ།” ཞེས་དང་།
ཡང་དཔའ་རིས་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་ཆོག་སྤང་གི་གོ་
དོན་འདི་ལྟར་གསུངས་ཡོད་དེ།
“ཆོག་སྤང་ནི་མིང་ངམ་ཆོག་འཕྲད་པར་བྱེད་པའི་
སྦྱ་སྟེ། མིང་དང་མིང་ངམ། ཆོག་དང་ཆོག་གོ་རིམ་
བཞིན་དུ་མཆམས་སྦྱར་ནས། ཆོག་སྦྱིག་པའམ།
ངག་གི་ཕྱིང་བ་སྦྲེལ་བའམ། ཆོག་མཛེས་པར་བྱེད་
པའམ། དོན་གསལ་བར་བྱེད་པའི་སྦྱ་ཡིན་ལ། ཆོག་
སྦྱར་དུ་མ་བརྒྱུག་ན་གོ་བརྗོད་པས། ཆོག་སྦྱར་
དུ་མིང་གྲང་རྒྱང་བ་ཞིག་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན། ལྷག་
དང་གཟིག་དང་དོམ་དང་བྱེད་སོགས་ནི་གཙན་
གཟན་ནོ། ཞེས་པའི་ཆོག་གི་དང་སྦྱ་བསྐྱབས་ཀྱང་
གོ་བརྗོད་སྦྱར་བཞིན་འཕྲོད་པའོ་” ཞེས་དང་། ཡང་

དོར་ཞིག་དོར་དུག་སྟེ་མས་པའི་སྟོས། “དང་པོ་
ཆོག་སྤང་ཅས་པ་ནི། དོན་སོ་སོ་བར་སྟོན་པའི་
མིང་སེལ་བྱ་གནས་པ་རྣམས། གནས་སྐབས་ཀྱི་
དོན་སྟོན་པའི་དགོས་མཁོ་དང་བསྟུན་ནས། ཕན་
ཚུན་འཕྲད་པར་བྱེད་པའམ། རྒྱུགས་གཅིག་དུ་
བསྐྱེབས་ནས་དོན་གྱི་རང་བཞིན་དང་བྱ་བའི་བྱང་
པར་སོགས་བརྗོད་བྱ་ཆང་བའི་ཆོག་དུ་སྦྱབ་བྱེད་
ཀྱི་རྒྱུན་གྱི་ཡི་གེ་སྟོར་ཞིག་ཡིན། དེ་ལྟ་བུའི་ཆོག་
སྤང་ལ། སྐབས་དོན་དང་བསྟུན་ནས་གསར་དུ་
སྦྱར་བ། རང་རོས་ནས་དོན་ཅི་ཡང་མི་སྟོན་པ། དོན་
སྟོན་པའི་ཐ་སྦྱང་དང་སྦྱ་གདངས་མི་འདྲ་བ། གང་
དུ་སྦྱར་བུའི་མིང་ཆོག་དེ་ལ་དོན་གྱི་རང་བཞིན་
གསར་བ་ཞིག་འདོན་སྤྱབ་པ་བཅས་ཀྱི་བྱང་ཆོས་
བཞི་ཡོད་པ་ཡིན་ཞེས་དང་། ཡང་ཞིང་གཤེགས་
མཁས་དབང་སྟོ་བཟང་རྒྱ་མཚོ་མཆོག་གིས།
“གསུམ་པ་ཆོག་དུ་འགྲུབ་རྒྱུའི་སྤང་ནི། ལྷན་ལུ་པའི་
སྐབས་ནས་གསུངས་པའི་སྤང་རྣམས་ཡིན་ལ། མིང་
ཆོག་སོ་སོའི་བར་དུ་མཆམས་སྦྱར་བའི་སྤང་ཅིག་
སྟེ། རང་ཉིད་སྤང་དུ་སྦྱར་བ་ལས་དོན་གྱི་བྱང་པར་
སྟོན་པ་དེའི་དོན་དུ་འདོག་ཅིང་། དཔེར་ན། སྟེགས་
བྱ་སྦྱ་བར་གྱི་འཆོམ་བྱ་ལྟ་བུའོ” ཞེས་དང་། ཡང་
ཆེ་དོར་གྱིས་བཅམས་པའི་«བརྗོད་རྣམ་བཤད་»
ལས། “དེ་ཡང་ཆོག་སྤང་ཅས་པ་ནི་མིང་དང་བྱང་
འབྲེལ་གྱིས་མ་སྦྱར་ན། རང་སྟོབས་ཀྱིས་བརྗོད་
དོན་གང་ཡང་བསྟན་མི་སྤྱབ་ཅིང་། གལ་ཏེ་སྤང་
མིང་ན་ཡི་གེ་སྟེ་བཞེས་ཆོགས་སུ་གྱུར་ཏེ་བརྗོད་བྱ་གང་
ཡང་བསྟན་མི་སྤྱབ་པ་ཡིན། སྤང་ཅས་པའི་ཡི་གེ་
འདི་ཡང་བྱ་བའི་ཆོག་ཅིག་ཡིན་ཞིང་། དེའི་དུས་
གསུམ་ཡང་འཕྲད། འཕྲད། སྤང་ཅས་པ་ལྟ་བུ་དང་།
དེའི་གོ་དོན་ཡང་མངལ་བའང་ཐུག་པ་ཞེས་སོགས་
ཀྱི་དོན་ཡིན་པས་ད་གཟོད་ང་ཆོས་སྤང་ཅས་པ་
ནི་མིང་ངམ་ཆོག་གཉིས་སམ་དུ་མ་གཞི་གཅིག་

ཏུ་སྒྲུབ་པའི་ཆོ་བར་དུ་མཆོམས་སྒྱུར་བའམ་དོན་གསལ་བ། མིང་ངམ་ཆོག་སོགས་འཕྲད་པར་བྱེད་པའི་སྒྲུབ་ཞིག་ལ་བརྗོད་པ་ཡིན་ཞེས་བརྗོད་ཆོག་པ་ཡིན་ཞེས་གསུངས་པ་བཅས་ཀྱི་མཁས་པ་སོ་སོའི་བཞེད་པ་མི་འདྲ་བ་རུང་ཟད་ཡོད་པ་ལས་པལ་ཆེ་བས་སྒྲུ་སྒོ་མཆོན་ཆ་ལས་གང་གསུངས་པའི་རྗེས་སུ་འབྲངས་ཤིང་། དེ་ལ་རང་ཉིད་ཀྱིས་ཁ་སྒྲོན་ཕྱན་བྱ་ཕན་བྱ་བ་བྱུང་བས་པས། ད་གཞོད་ཆོག་ཕྲད་ཀྱི་གོ་དོན་ཕྱན་སྒྲུམ་ཆོགས་པ་དང་། ཆང་ལ་མ་ཞོར་བའི་ལེགས་ཆ་དུ་མ་ཞིག་བསྐྱུས་བསྐྱིགས་ལྷན་འདུག་སྐབས་འདྲིར་མཁས་པ་སོ་སོའི་ཆོག་ཕྲད་ཀྱི་གོ་དོན་ལ་གཞིགས་ན་ཆོག་སྒྲུ་ཕྱན་བྱ་མི་འདྲ་བ་མ་གཏོགས་ཅ་བའི་གོ་དོན་ནི་སྒྲུ་སྒོའི་ལྷགས་སུ་སྒྲུང་ཞིང་། དེ་ཡང་དཔེར་བརྗོད་དང་བཅས་པ་གསུངས་ཡོད་ཀྱང་། ཡང་དེ་ལ་རིགས་པའི་ལམ་ནས་རྟགས་གསལ་ཞིག་བཏང་བའི་དབང་དུ་བྱས་ནས་ལན་སྟོན་ཅི་ཞིག་གདབ་དགོས་པ་ལས། དེས་པར་དུ་རྟགས་ཡང་དག་ཅིག་གཞུག་དགོས་མིན་བརྟག་པར་འཆོལ། བདག་ལྷ་བྱས་ཁ་ཆོན་བཅད་ནས་ལྷ་རྒྱལ་ཡང་མི་འདུག་ འོན་ཏེ་ཞིབ་འཇུག་བྱ་རྒྱུའི་ཁ་སྒྲོགས་ཅམ་བཤད་པའོ།

གསུམ་པ་ནི། དེ་གཉིས་ཀྱི་བྱུང་པར་བསྟན་པའི་སྒོ་ནས་མཇུག་བསྐྱུ་བའོ། སྐར་གྱི་མཁས་པ་ཁ་ཅིག་གིས་རྣམ་དབྱེ་དང་ཆོག་ཕྲད་གཉིས་ལ་སྐྱ་བཞིའི་སྒོ་ནས་བྱུང་པར་བཞག་པ་དང་། འགའ་ཞིག་གིས་དེ་གཉིས་མཐའ་གཅིག་ཏུ་འགལ་བར་ཁས་སྒྲངས་པ་དང་། ལ་ལས་རྣམ་དབྱེའི་གོ་དོན་དང་། ཆོག་ཕྲད་ཀྱི་གོ་དོན་གྱི་སྒྲེང་ནས་བྱུང་པར་འབྱེད་མཁན་ཡང་ཡོད་སྟེད་ཀྱང་། སྐབས་འདྲིར་འཐད་ལྷན་གྱི་དབྱེ་བ་ཡིན་མིན་ཆ་མ་འཆོལ་ཡང་། དབུང་གཞིའི་ཚུལ་དུ་དགོད་ན། སྐར་རྣམ་དབྱེ་དང་ཆོག་ཕྲད་གཉིས་འགལ་

བ་ཡིན་ཡང་། བྱེ་བྲག་ཏུ་རྣམ་དབྱེའི་རྒྱུན་དང་། ཆོག་ཕྲད་གཉིས་ལ་སྐྱ་གསུམ་ཡོད་དེ། དང་པོ་གཉིས་ཀྱི་ཡིན་མཁན་ནི་ལ་དོན་གྱི་སྐར་རུ་དུ་ན་ལ་ཏུ་བཅས་བདུན་དང་། མི་ལྷན་གྱི་རྣམ་དབྱེའི་རྒྱུན་བཅུ་དང་། འབྱུང་ཁུངས་ཀྱི་ནས་ལས་གཉིས་བཅས་ཡིན་ལ། གང་ལ་གང་གིས་བྱས་ཅེ་ན། རྣམ་དབྱེའི་རྒྱུན་ཡིན་ན་ཆོག་ཕྲད་ཡིན་པས་བྱབ་ཀྱང་། ཆོག་ཕྲད་ཡིན་ན་རྣམ་དབྱེའི་རྒྱུན་ཡིན་པས་མ་བྱབ་པའི་ཕྱིར་ཏེ། དཔེར་ན། སྐར་བསྐྱུ་དང་། རྒྱན་སྐྱུ་དང་། ལྷག་བཅས་དང་། འབྱེད་སྐྱུ་དང་། བྱི་སྒྲུ་སོགས་ཆོག་ཕྲད་ཡིན་ཡང་། དེ་དག་རྣམ་དབྱེའི་རྒྱུན་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཏེ། དེ་དག་གི་རྗེས་སུ་དུང་ཡང་རྣམ་དབྱེའི་རྒྱུན་སྐྱ་སོགས་འཇུག་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དཔེར་ན། དེ་རུ་ཡོད། གང་གི་ཡིན། ལྷ་བྱས་མཆོན་གཞན་ལའང་རིགས་བསྐྱེ་བར་བྱའོ། ཞེས་དང་། ཡང་ན་དེ་དག་བརྗོད་དོན་གང་ལ་འཇུག་པའི་ཆོ་ན་ལས་སུ་བྱ་བ་སོགས་རྣམ་དབྱེའི་དོན་གང་ཡང་མི་སྟོན་པའི་ཕྱིར་རོ། ཡང་སྐྱ་ཕྱིའི་སྐྱུ་རྟགས་ཀྱི་འགྲེལ་པ་མང་པོ་ཞིག་ཏུ་རྣམ་དབྱེ་དང་ཆོག་ཕྲད་ཀྱི་གོ་དོན་མ་བཞག་པའི་རིགས་གཅིག་དང་། མང་པོ་ཞིག་གི་ནང་དུ་གོ་དོན་གཅིག་པ་འདྲ་པོ་ཆགས་འདུག་གང་ཡིན་ཞེ་ན། དེ་སྟོན་གྱི་མཁས་པས་གསུངས་པའི་གོ་དོན་དེ་རང་མར་བཤུས་པ་མ་གཏོགས་དམིགས་བསལ་གྱིས་འགྲེལ་བཤད་གང་ཡང་མེད་པའི་རིགས་གཅིག་ཡོད་པ་འདྲིར་བཤད་མེད་དོ། །མདོར་ན་དེ་ནི་དབུང་གཞིའི་ཚུལ་སྒོམ་པ་ཅམ་ཡིན་གྱི་གཟུར་གནས་སྒོ་ལྷན་རྣམས་ཀྱི་ཐུགས་མཉེས་འཇུར་བའི་བདེན་གཏམ་བཤད་པ་མིན། རྣམ་དབྱེའི་གོ་དོན་ཐོག་མར་འགྲེལ་མཁན་དེ་སྐྱེ་བྱི་འབྱུག་ཡིན་ལ། ཕྲད་ཀྱི་གོ་དོན་གསུང་མཁན་ཐོག་མ་ནི་དཔྱད་པའི་ཡེ་ཤེས་གཞགས་པ་ཡིན་མོད། འོན་ཏེ་ཅ་བའི་གཞི་རྒྱང་

དེ་གཉིས་ལ་བརྟེན་ནས་མཚན་ཉིད་ཀྱི་བྱུང་རྒྱུ་རྒྱུ་
 རེ་སྐྱོང་ཡོང་དུས་དགག་སྐྱབ་ཀྱི་ནུས་པ་རེ་ཐོན་
 པས། ཡར་རྒྱས་གོང་འཕེལ་གྱི་ཕྱོགས་སུ་ཕྱིན་པ་
 ཡོད་ཀྱང་། ད་དུང་ཡང་ང་ཚོས་མཚན་ཉིད་གཏན་
 འཁེལ་ཞིག་བཞག་ཐུབ་ཡོད་མེད་དང་། འཕྱར་
 འཁྱར་གཞག་དགོས་མིན་ཡང་བརྟག་དགོས་པ་
 ལས་ཆོག་ཐག་གཅད་རྒྱ་དཀའ་བའི་གནས་སུ་
 ཁུར་ཁྱུང་། གཟུར་གནས་སྒོ་ལྟར་ནམས་ཀྱི་ཐུགས་
 མཉེས་འཁྱར་བའི་བདེན་གཏམ་བཤད་པ་མིན་
 ལ། ང་རྒྱལ་དང་ཁེངས་རྒྱུགས་ཀྱི་ཆེད་དུ་བྲིས་པ་
 ཞིག་ཀྱང་མིན། འོ་ན་ཅི་ཞིག་གི་སྤྲད་དུ་བྲིས་སམ་
 ཞེ་ན། སྤུས་ཀྱི་གཞུང་ལ་དོན་གཉེར་ཅན་གྱི་
 ཉམ་རེ་བྱུང་ལ་ཕན་ན་སྤུས་པའི་རེ་བ་དང་། རང་
 ཉིད་ལ་དབྱེད་པ་བྱ་རྒྱུའི་ཉམས་ཚུངས་ཐེངས་ཅིག་
 བསགས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་འབྱུང་འཁྱར་གྱི་བཟང་
 བྱའི་ནང་ལ་གང་ལ་འབད་བཅོན་བྱ་དགོས་མིན་
 ཤེས་ཆེད་དུ་བྲིས་པ་ཞིག་ཡིན། ལྷག་པར་དུ་རང་
 ཉིད་ཤེས་བཅོན་ཤིན་དུ་དམན་པའི་དབང་གིས་
 རོར་འཁྲུལ་དང་ཞུན་ཆ་དུ་མ་ཞིག་ཡོད་ངེས་ཡིན་
 པས། སྒྲོག་པ་པོ་ནམས་ཀྱིས་དགོངས་འཆར་ལྷག་
 སྤུལ་ཡོང་བའི་རེ་སྐྱུག་ཞུ་བཞིན་ཡོད།

མཚན་འགྲེལ།

- 1 ལྷན་མཐོ་སྒོ་བ་བཀའ་བརྒྱུད་ཉམ་སྒྲིང་ཆོགས་པས་བར་
 སྐྱན་ཞུས་པའི་《རིག་གནས་ཉེར་མཁོ་ཕྱོགས་བསྐྱེགས་》
 ལས། གནས་བརྒྱུད་ཅ་བར། ལྟུང་གྲངས་༡༠
- 2 《རིག་གནས་ཉེར་མཁོ་ཕྱོགས་》ལས་གནས་བརྒྱུད་

- འགྲེལ་བ། ལྟུང་གྲངས་༤
- 3 གོང་དེས། གཅིག་མཚུངས་ལྟུང་གྲངས་༣༤
- 4 གོང་དེས། གཅིག་མཚུངས་ལྟུང་གྲངས་༣༥
- 5 《འཛམ་གླིང་རྒྱན་གཅིག་》ལས་ལྟུང་གྲངས་༣༩
- 6 མཚོ་སྒོན་མི་རིགས་དཔེ་སྐྱོན་ཁང་ནས་བསྐྱོན་པའི་《སྤྱ་
 ཉིག་སྐྱེང་མཛེས་》ལྟུང་གྲངས་༣༣༩གོང་ནས་མར་བཅིས་
 པའི་ཡིག་སྐྱེང་བདུན་པ་ལས་བྱུངས།
- 7 བོད་ཀྱི་བཙོན་མའི་ལས་འཆར་ལས་བར་སྐྱོན་ཞུས་པའི་
 《བད་དཀར་རྒྱན་པོ་》འི་ལྟུང་གྲངས་༣༣༤ ཡིག་སྐྱེང་༣
 པ་ནས་བྱུངས།
- 8 ཀན་སུ་ཁྱུ་མི་རིགས་དཔེ་སྐྱོན་ཁང་གིས་བསྐྱོན་པའི་
 《ཐོན་མིའི་ཞལ་ལུང་》གི་ལྟུང་གྲངས་༡༡༤ཡིག་སྐྱེང་དང་
 བོད་ནང་དུ་གསུངས་པའོ།
- 9 ཀན་སུ་ཁྱུ་མི་རིགས་དཔེ་སྐྱོན་ཁང་གིས་བསྐྱོན་པའི་
 《ཐོན་མིའི་ཞལ་ལུང་》གི་ལྟུང་གྲངས་༡༡༤ཡིག་སྐྱེང་དང་
 བོད་ནང་དུ་གསུངས་པའོ།
- 10 ཀན་སུ་ཁྱུ་མི་རིགས་དཔེ་སྐྱོན་ཁང་ནས་བསྐྱོན་པའི་
 《བད་སྒྲིང་སྒོ་གསལ་དགའ་སྒོན་》ལས་ལྟུང་གྲངས་༤༧
- 11 མི་རིགས་དཔེ་སྐྱོན་ཁང་ནས་བསྐྱོན་པའི་《རོ་མཆར་
 འཕྱལ་གྱི་ལྟེ་མིག་》ལས་ལྟུང་གྲངས་༤༣ ནང་གི་ཡིག་
 སྐྱེང་གོང་ནས་མར་བཅིས་པའི་བཞེ་བར།
- 12 མཚོ་སྒོན་མི་རིགས་དཔེ་སྐྱོན་ཁང་ནས་བསྐྱོན་པའི་
 《བད་སྒྲིང་གསལ་བྱེད་དག་སྒོན་》གྱི་ལྟུང་གྲངས་༥ པའི་
 ནང་དུ་གསལ།
- 13 ཤེས་རིག་པར་ཁང་ནས་བསྐྱོན་པའི་《ཡིག་བཤད་
 མཁས་པའི་ཁ་རྒྱན་》ལས་ལྟུང་གྲངས་༣༤ མཐུག་བཅིས་
 ཡིག་སྐྱེང་གཉིས་པར་གསལ།
- 14 《བད་སྒྲིང་པའི་བྱུང་མཐའི་སྐྱེང་བརྗོད་ཆེན་མོ་འཛམ་

སྒྲིབ་ཀྱི་གཅིག་གི་ལྟེ་བ་གངས་པ་ལྟོ་ནས་མར་
བཅིས་པའི་ཡིག་ཐེང་གཉིས་པར་འཁོད་ཡོད།

15 མི་རིགས་དཔེ་སྐྱོན་ཁང་ནས་བསྐྱོན་པའི་《བད་སྒྲིབ་
དོན་འགྲེལ་ཟབ་གནད་ཀྱི་གསལ་ལ》 ལས་ལྟེ་བ་གངས་ཀྱི་

16 རིགས་སྒྲོབ་ནས་ལག་འཁྱིལ་བརྒྱབས་པའི་《བད་སྒྲིབ་
རིན་ཆེན་བང་མཛོད་》ལས་ལྟེ་བ་གངས་ཀྱི་ཡིག་ཐེང་
བརྒྱད་པར་གསལ།

17 བོད་ནས་པར་སྐྱོན་ཁུས་པའི་《བད་སྒྲིབ་ནམ་བཤད་》
ལས་ལྟེ་བ་གངས་ཀྱི་ལ་གསལ།

18 བོད་གི་མཆན་རྟགས་ཐུག་པ་དང་གཅིག་མཆུངས་ལྟེ་བ་
གངས་ཀྱི་ཡིག་ཐེང་བོད་གི་གཉིས་པར་གསལ།

19 བོད་གི་མཆན་རྟགས་ཐུག་པ་དང་གཅིག་མཆུངས་ལྟེ་བ་
གངས་ཀྱི་ཡིག་ཐེང་མཐུག་ནས་ཡར་བཅིས་པའི་བརྒྱད་
པར་གསལ།

20 བོད་གི་མཆན་རྟགས་ཐུག་པ་དང་གཅིག་མཆུངས་
ལྟེ་བ་གངས་པ་ལྟོ་ནས་མར་བཅིས་པའི་ཡིག་ཐེང་
བརྒྱད་པར་གསལ།

21 བོད་གི་མཆན་རྟགས་ཐུག་པ་དང་གཅིག་མཆུངས་ལྟེ་བ་
གངས་པ་ལྟོ་ནས་མར་བཅིས་པའི་ཡིག་ཐེང་

22 ཀི་ཉི་ཁྱིས་པ་གྲ་ཆང་གིས་པར་སྐྱོན་ཁུས་པའི་《སུམ་ཅུ་
པའི་མཐའ་དཔྱད་ཆེན་མོ་རྒྱལ་བ་དབྱེས་པའི་མཆོད་སྤྱོད་》
ལྟེ་བ་གངས་ཀྱི་ཡིག་ཐེང་

23 མཆན་རྟགས་ཉེར་གཉིས་དང་གཅིག་མཆུངས་ལྟེ་བ་
གངས་ཀྱི་ཡིག་ཐེང་

24 མཆན་རྟགས་དང་པོ་དང་གཅིག་མཆུངས་ལྟེ་བ་
གངས་ཀྱི་ཡིག་ཐེང་

25 མཆན་རྟགས་ཐུག་པ་དང་གཅིག་མཆུངས་ལྟེ་བ་
གངས་ཀྱི་ཡིག་ཐེང་ལྟེ་བ་པར་གསལ།

26 མཆན་རྟགས་ཐུག་པ་དང་གཅིག་མཆུངས་ལྟེ་བ་
གངས་ཀྱི་ཡིག་ཐེང་མཐའ་མར།

27 མཆན་རྟགས་བཅུ་གསུམ་པ་དང་གཅིག་མཆུངས་ལྟེ་
ལྟེ་བ་གངས་ཀྱི་

28 སི་འགྲེལ་གི་འགྲེལ་ཡོད་《བད་སྒྲིབ་འགྲེལ་བ་པད་
དཀར་ཆུན་པོ་》ལྟེ་བ་གངས་པ་ལྟོ་ནས་མར་བཅིས་པའི་ཡིག་ཐེང་
གཉིས་པར་ལས་བྱངས།

29 ཀན་སུའི་མི་རིགས་དཔེ་སྐྱོན་ཁང་གིས་བསྐྱོན་པའི་
《ཐོན་མིའི་ཞལ་ལུང་》 ལྟེ་བ་གངས་ཀྱི་ཡིག་ཐེང་
བདུན་པར་ལས་བྱངས་སོ། །

30 ཀན་སུའི་མི་རིགས་དཔེ་སྐྱོན་ཁང་ནས་བསྐྱོན་པའི་《
བད་སྒྲིབ་སྒྲོགས་པ་དག་ལྟོན་》 ལྟེ་བ་གངས་ཀྱི་

31 མི་རིགས་དཔེ་སྐྱོན་ཁང་ནས་པར་དུ་བསྐྱོན་པའི་《དོ་
མཆར་འབྱུལ་གི་ལྟེ་མིག་ལས་》ལྟེ་བ་གངས་ཀྱི་ཡིག་
ཐེང་གསུམ་པར་བྱངས་སོ། །

32 མཆོ་སྒྲིབ་མི་རིགས་དཔེ་སྐྱོན་ཁང་གིས་བསྐྱོན་པའི་
《བད་སྒྲིབ་གསལ་བྱེད་དག་སྒྲིབ་》 ལྟེ་བ་གངས་པ་ལྟོ་
ནས་པར་གསལ།

33 མི་རིགས་དཔེ་སྐྱོན་ནས་བསྐྱོན་པའི་བད་སྒྲིབ་དོན་
འགྲེལ་ཟབ་གནད་ཀྱི་གསལ་ལྟེ་བ་གངས་ཀྱི་

34 རིགས་སྒྲོབ་ཡིག་ཆང་ནས་པར་སྐྱོན་ཁུས་པའི་《བད་
སྒྲིབ་རིན་ཆེན་བང་མཛོད་》ལྟེ་བ་གངས་ཀྱི་ཡིག་
ཐེང་དགུ་པར་གསལ།

35 བོད་ནས་པར་སྐྱོན་ཁུས་པའི་《བད་སྒྲིབ་ནམ་བཤད་》
ལྟེ་བ་གངས་ཀྱི་

॥१॥

འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་གཅིག་པུར་ཡིན་པའི་རྒྱ་མཆན་
གྲིས་འདིར་དགོད་པ་ལ་རྩོམས་བཞག་ཏུ།

སྤྱི་ཚོགས་གང་འདྲ་ཞིག་དང་མི་བྱ་སྤྱི་
 འདྲ་ཞིག་ཡིན་ཡང་དེ་ལ་སློན་ཡོན་གཉིས་སྟན་གྱི་
 ཆ་ཡོད་པ་ལས་སློན་ཆ་ཁོན་དང་ལེགས་ཆ་འབའ་
 ཞིག་མི་ཡོང་བ་ནི་འཛིག་རྟེན་དངོས་པོའི་གཉིས་
 ལུགས་སྤྱུ་སྒྲུབ་པ་ཀུན་གྱི་སེམས་ནང་མ་ལེར་ཡོད།
 མ་ཟད་མི་བྱ་སྤྱི་འདྲ་ཞིག་ཡིན་ཡང་ཆོས་འཛིག་
 རྟེན་གང་གི་ཐོག་ནས་ལེགས་སྤྱི་འདྲོད་མཁན་གྱི་
 རྣལ་ལས་ཉེས་ལམ་ཏུ་སློན་མཁན་ཞིག་མེད། འོ་
 བ་ལེགས་ལམ་རི་ལྟར་སློང་དཔོན་སམ་ཟེར་ན།
 གཞན་གྱི་ལེགས་ཆ་ལེན་པ་ནི་རང་ཉིད་ལེགས་
 ལམ་ཏུ་བསློད་པར་བྱ་བའི་རྒྱ་ཁོ་ནར་ཟད་པས་ཁོ་
 པོས་པོད་འབྲུག་གི་ལོ་རྒྱུས་ཞིབ་བསྟར་དང་འབྲུག་
 ཏུ་སློང་རིང་དངོས་སྤྱི་མཐོང་ཐོས་བྱུང་བ་ནས་ས་
 རྩེ་ཚོར་དང་འབྲེལ་ནས་འབྲུག་གཞུང་དམངས་
 གཉིས་ཀྱི་ལེགས་ཆ་ཁག་ཅིག་ང་ཚོའི་སྤྱི་ཚོགས་
 གིས་སྤངས་སྤུངས་ན་ཅི་མ་རུང་སྟུང་པས་རྒྱ་མཆན་
 དང་རང་རེའི་ཆོས་དང་རིག་གཞུང་། གོམས་སྟོལ་
 སོགས་ཆང་མ་སྟོན་ནས་ད་བར་རང་རེ་དང་རོ་
 པོ་དབྱེར་མེད་ཏུ་འཛིན་མཁན་གྱི་རྒྱལ་ཁབ་ནི་

དང་པོ་འབྲུག་གི་ལོ་རྒྱུས་མདོར་ཅམ་སྒྲིང་བ།
ཡོངས་གྲགས་བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་《གཡུ་
སྒྲིང་》དང་《བཅན་པོའི་རྒྱལ་རབས་》སོགས་སྲུ་
གསལ་བ་ལྟར་ཆོས་རྒྱལ་སྲོང་བཅན་སྐམ་པོའི་
སྐལ་བཟང་བོད་ཆགས་ལུལ་གྱི་ས་དབྱ་སྤྱོད་མོ་གན་
རྒྱལ་དུ་ཉལ་བ་ལྟ་བུ་དེ་གཞོན་ཕྱིར་ཏུ་གཞོན་དང་
ཡང་གཞོན་གྱི་ལྷ་ཁང་12 བཞེངས་སྐབས་འབྲུག་
ཏུ་བུམ་ཐང་བུམས་པ་ལྷ་ཁང་དང་པ་རོ་སྤྱི་ཚུ་ལྷ་
ཁང་གཉིས་བཞེངས་ཡོད། དེའི་སྐབས་ནས་ད་
ཆོས་འབྲུག་འདི་བོད་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་མངའ་ཁོངས་
ཡིན་པ་ཤོད་བཞིན་ཡོད་ཀྱང་འབྲུག་པ་ཆོས་དེ་
ལྟར་མི་འདོད་པ་མ་ཟད། ཐོག་མའམ་གདོད་མའི་
དུས་ནས་འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་འདི་རྒྱ་བོད་གང་གི་
མངའ་ཁོངས་སྲུ་མིན་པས་སྐབ་བྱེད་དང་ཁྲུངས་རྒྱ་
མཆན་སོགས་མང་པོར་འདྲོན་བཞིན་ཡོད། ལྷག་
པར་བོད་པའི་ལྷ་ཁང་བཞེངས་པའི་སྐབ་བྱེད་ཀྱིས་
འབྲུག་བོད་ཀྱི་མངའ་ཁོངས་ཡིན་པ་བསྐྱབ་མི་ཐུབ་
པས་སྐབ་བྱེད་ལ་སྲོན་ཆོས་རྒྱལ་ལྷ་ངན་མེད་ཀྱིས་
འཛམ་བུ་སྤྱིར་གི་ཚུགས་ཀྱང་ཏུ་མཆོད་རྟེན་བྱེ་བ་

བཞེངས་སྐབས་པོད་ཏུ་ཡང་དབུ་རྩ་བྱང་ཕྱོགས་སུ་
དབུ་ཕྱོད་སྟུག་རུམ་གྱི་མཆོད་རྟེན་དང་ལྗོ་བྲག་
ལྟ་ལྟ་ཕྱོགས་སུ་ཡང་མུ་ངན་མེད་གྱི་མཆོད་རྟེན་
བཞེངས་པར་མཛད་པས་པོད་འདི་ཡང་རྒྱ་གར་
གྱི་མངའ་ཁོངས་ཡིན་པ་ཐལ་ཚུལ་སོགས་འབྲུག་
གི་རྒྱལ་རབས་《འབྲུག་གསལ་བའི་སློན་མེ》ནང་
གསལ་པོར་བཀོད་འདུག།

ཡང་འབྲུག་པ་ཆོས་འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་
འདི་པོད་གྱི་མངའ་ཁོངས་མིན་པའི་སྐབས་བྱེད་ནི་
པོད་རྒྱལ་སྲོང་བཙན་སྐབས་པོད་གྱི་བཙན་པོའི་
རྒྱུད་པའི་ལྷ་ལྷུང་རམ་ལྷ་ལོག་སོགས་མ་སྲས་གཙང་
མ་པོད་ལུལ་ནས་མཐའ་རྩ་སྟུགས་པས་འབྲུག་རྩ་
བསྐྱེད་ནས་དེའི་སྟོན་པོད་ནས་ལུལ་བྱར་བ་
ཨ་མེ་དོན་འབྲུབ་རྒྱལ་གྱི་སྲས་མོ་བསོད་ནམས་
དཔལ་སྦྱིད་དང་གཉེན་བསྐྱེགས་ཤིང་རིགས་རྒྱུད་
སྤེལ་རྒྱུ་མེ་ལོ་མང་པོ་ཞིག་རིང་ལ་འབྲུག་གི་ནང་
ཏུ་མགོ་དཔོན་སོགས་བྱས་པའི་ལོ་རྒྱུས་དེ་དག་
རང་རེའི་རྒྱལ་རབས་《གཡུ་ཕྱེང་》ཏུ་མོན་གྱི་ལོ་
རྒྱུས་《རྗེ་འབངས་རྣམས་གྱི་རིགས་རྩས་གྱི་འབྱུང་
ཁུངས་གསལ་བའི་སློན་མེ》ལས་བཤད་པ་བཞིན་
འཆད་ནས་དེ་དག་པོད་ནས་བྱོས་བྱོལ་ཏུ་བསྐྱེད་པས་
པ་དང་སྟུགས་པ་སོགས་གྱིས་རང་དབང་གིས་ངང་
ནས་མགོ་དཔོན་སོགས་བྱས་པས་པོད་འབྲུག་རྒྱལ་
ཁབ་གཅིག་མིན་པ་དང་སོ་སོར་ཡིན་པས་སྐབས་
བྱེད་ཏུ་འགྲོ་བས་རིག་པ་ཡང་ཤུགས་ལ་འཕངས་
འདུག།

ལྷག་པར་ཁྱི་སྲོང་ལྷེ་ལྷ་བཙན་སྐབས་པོད་
གྱི་ལོ་རྒྱུས་ནང་ཡོངས་གྲགས་མིན་པའི་གནས་
ཚུལ་ཞིག་《འབྲུག་གི་ལོ་རྒྱུས་ཁག》དང་《གཉིར་
སྤིང་གཉིར་མ་མཁན་པ་སྟོངས་གྱི་གནས་ཡིག་
》སོགས་དངས་པ་བཞིན་འབྲུག་པ་ཆོས་ཡོངས་
གྲགས་ཁས་ལེན་བཞིན་ཡོད། དེ་ཡང་འབྲུག་གི་

རྒྱལ་རབས་སློབ་དཔོན་པར་ཆོ་དབང་གིས་མཛད་
པའི་《འབྲུག་གསལ་བའི་སློན་མེ》ནང་ལོ་རྒྱུས་ལ་
མཆན་ཅན་ཞིག་འདུག་པ་འདི་རི་བཞིན་བཀོད་
ན་རྒྱུས་སློན་ཆོ་བས་དོན་མདོར་ཅམ་བཀོད་ན་
ཆོས་རྒྱལ་ཁྱི་སྲོང་ལ་རྩོམ་བཞི་ཡོད། དེས་ཞག་
གསུམ་གྱིས་བསྟེན་བཀྱར་བྱེད་གྱི་ཡོད་ཀྱང་བཙན་
མོ་དམར་རྒྱན་བཟས་གཙོ་བྱས་བདུད་སྟོན་རྣམས་
གྱིས་བེ་རོ་ཙུ་ནས་ཆོས་བྱེད་པ་ལ་བར་ཆད་བྱས་
པས་རྒྱན་གྱིས་བཙན་པོས་ལོ་ལྷའི་བར་དམར་
རྒྱན་སར་བསྟེན་བཀྱར་ལ་མ་བྱོན་པས་དམར་རྒྱན་
འདོད་པ་རྒྱས་ནས་ཁྱི་དང་ར་སོགས་ལ་འདོད་
པ་སྦྱད་པ་འཁོར་གྱིས་མཐོང་བ་མ་ཟད། ལྷ་དགུ་
རྗེས་ནས་ཁྱི་ཡི་ཁ་དང་ར་ཡི་སྟོད་པ་ཅན་གྱི་བྱ་
ཞིག་བཙན་པ་དེ་གཞན་ལ་སྟོན་མ་རྟུས་པར་ལོ་
དགུའི་བར་གསང་སྟེ་གསོས་སོ། རྗེས་སུ་རྒྱལ་པོས་
མཁྱེན་ནས་མི་དམངས་ཆོགས་སར་ཁྱི་ཁ་ར་སྟོད་
ཅན་འདི་པོད་ལུལ་འཕྱང་བའི་ལྷས་ངན་ཡིན་པར་
འདུག་པས་བདག་ཅག་རྗེ་འབངས་རྣམས་གྱི་སྤྱད་
ཏུ་མཐའ་ལ་སྟུག་གོ་གསུངས་ནས་པོན་པོ་རྣམས་
བསགས་ཏེ་མདོས་ཆོག་མང་པོ་བྱེད་ཏུ་བཅུག་
ནས་མཐར། ཁྱི་ཁ་ར་སྟོད་དང་ཁོང་གི་ལུས་གྱི་
ཁོངས་སུ་གཏོགས་པའི་འབངས་རྣམས་མཐར་སྟུག་
སྐབས་དེར་ལུས་དམར་རྒྱན་གྱིས་བཙན་མོ་མན་
དེ་བཟང་མོའི་སྲས་སུ་རུམ་ལ་རྒྱལ་སྤྱིད་གཏད་
པས་ཕྱག་དོག་གི་གསོལ་ངན་གྱིས་བཀོངས་པས་
རྒྱལ་པོས་དམར་རྒྱན་ལ་ཆད་པ་སོགས་སྟེ་གཙང་པོ་
ཡར་རྒྱས་གྲགས་ཀྱི་མདར་ལུལ་བཏོན། ཁྱི་ཁ་
ར་སྟོད་དཔོན་གཡོག་རྣམས་སོགས་མར་སྟེ་བྲག་ལ་
ལོ་གསུམ་ཅམ་བསྟན་ཏུས་རྒྱལ་པོས་དམག་དྲངས་
ཏེ་ལུལ་སྤྱད། དེ་ནས་ཁྱི་ཁ་ར་སྟོད་འབྲུག་རྩ་
འབྱོར་ནས་ལུང་སུལ་དང་རི་སྟེན་རྣམས་ལ་སྟོན་
འབངས་དང་སྟོད་ས་བཟུང་བ་མ་ཟད་དེར་ཁྱི་ཁ་

ར་ཐོད་ཀྱིས་མོ་བྱང་སོགས་བརྒྱབས་རྗེས་དམག་
མི་བསྐྱུས་ནས་བསམ་ཡས་སོགས་སྒྱུ་དམག་དངས་
ཚུལ་སོགས་བཤད་ཅིང་དོན་བསྐྱུས་ན་ཐོད་འབྲུག་
གཉིས་ནི་རྒྱལ་ཁབ་སོ་སོར་ཡིན་པས་སྒྲུབ་ཀྱི་དུང་
འགོད་བཞིན་ཡོད།

གོང་གི་རྒྱལ་པོ་ཁྱིམ་ར་ཐོད་ཅེས་པའི་ལོ་རྒྱུས་
ཀྱི་གཞི་རྟེན་ནི་《པ་ཐུ་མིང་པའི་གཏེར་ཕྱོད་མིང་
གསལ་གྱི་ཆ་ལག་མཁན་པ་ལྟོངས་ཀྱི་ལམ་ཡིག་
》ཞེས་བྲངས་སོ་བཞིའི་རྒྱལ་དོན་ཡིག་མེད་གོང་
ནས་གསལ་ཞེས་《འབྲུག་གསལ་པའི་སྒྲོན་མེ་》
ནང་བཀོད་འདུག

དུས་རབས་བརྒྱ་བདུན་ནང་འབྲུག་ཞབས་རྒྱུ་
དག་དབང་རྣམ་རྒྱལ་མཆོག་ཡང་འབྲུག་ཏུ་བྱོས་
བྱོལ་ལ་མེད་ནས་འབྲུག་ལ་ལྷགས་གཉིས་ཆོས་
སྲིད་ཀྱི་ལམ་ལྷགས་བཅུགས་པ་མ་ཟད། མེས་སྲུ་
ཚོང་དང་དབང་འདུས་ཚོང་བརྒྱབས་ནས་རང་
བཅོན་གཙང་མའི་རྒྱལ་ཁབ་བཞིན་སྲིད་སྲོང་
སྐབས་ཞེ་པ་གཙང་པས་དམག་ཐེངས་གཉིས་
དངས་ཀྱང་འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་དང་ཞབས་རྒྱུ་དག་
དབང་རྣམ་རྒྱལ་སོགས་ལ་སྒྲོན་གང་ཡང་བྱས་མ་
སྐབས་པ་མ་ཟད། ཞབས་རྒྱུ་དག་དབང་རྣམ་རྒྱལ་
ཀྱིས་མཐུ་གཏད་རན་སྐྱུགས་བྱས་ཀྱིན་ཞེ་པ་བརྟན་
སྲོང་དབང་པོའི་སྐུ་མཆེད་གཞིན་ཅུ་ཀྱན་དགའ་
རབ་བརྟན་ནས་ས་ཡོས་བྱེ་ལོ་1639 ལོར་འབྲུག་
ཆེན་ལ་དགོངས་སེལ་དང་ཞི་བའི་ཐོག་ནས་བཀའ་
མོལ་རིམ་པར་ཞུས་མཐར་ཁོང་གིས་རན་སྐྱུགས་
ཀྱི་འཁོར་ལོ་རྣམས་སྐྱུགས་ཀྱིས་བཀྲུས་གནང་
མཛད་པའི་ལོ་རྒྱུས་ནི་《སྲིད་དོན་རྒྱལ་རབས་》
དང་འབྲུག་གི་ལོ་རྒྱུས་སོགས་སྒྱུ་གསལ་ དེ་དག་ལ་
བརྟེན་ནས་འབྲུག་འདི་རང་བཅོན་ཀྱིས་རྒྱལ་ཁབ་
གཅིག་ཡིན་པར་སེམས་བཞིན་ཡོད། རྒྱ་མཆོན་
འདི་དག་དང་ཁོངས་ལུང་གང་ཅམ་དངས་ནས་

འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་འདི་སྒྲོན་ནས་ད་བར་རང་བཅོན་
གཙང་མའི་རྒྱལ་ཁབ་ཅིག་ཡིན་པ་སྒྲུབ་གང་སྐབ་
ཀྱི་ད་བཞིན་ཡོད་ཀྱང་དོན་དངོས་གང་ཡིན་མོས་
དཔྱད་གཞི་འདྲི་དགོས་པ་ལས་ང་འདྲ་བ་ཞིག་
གིས་ཁ་ཆོན་བཅད་ནས་ཐོད་པར་དཀའ།

འབྲུག་ཅེས་པའི་ས་ཆ་འདི་ལ་སྒྲོན་དུས་
སྒྱུ་ལྟོ་སྐྱུགས་སྐྱུན་སྒྲོངས་དང་རི་བྲག་གི་ཡུལ། ཅན་
དན་ཀྱི་སྒྲོངས་སོགས་མིང་མང་པོ་ཞིག་རིམ་བཞིན་
བྱུང་ཡང་གཅིག་རྒྱུར་ཀྱི་མིང་ཞིག་དུས་རབས་
བརྒྱ་དྲུག་ནང་མ་གཏོགས་བྱུང་མེད། དུས་རབས་
བརྒྱ་དྲུག་ནང་འབྲུག་ཞབས་རྒྱུ་དག་དབང་རྣམ་
རྒྱལ་མཆོག་ཐོད་ནས་འབྲུག་ཏུ་མེད་པས་ཤིང་འབྲུག་
རྒྱལ་ཁབ་ཏུ་ཆོས་སྲིད་གཉིས་ཀྱི་གཞུང་སྲོང་ལམ་
ལྷགས་དེ་བྱེ་ལོ་1616 ལོར་ཐོག་མར་དབུ་བཅུགས་
པ་ནས་བཟུང་འབྲུག་ཅེས་འབྲུག་པ་བཀའ་རྒྱུད་
པའི་ཆོས་མིང་དེ་ཡུལ་ལ་ཐོགས་ནས་འབྲུག་རྒྱལ་
ཁབ་ཅེས་གྲགས།

འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་འདི་བྱེ་ལོ་1616 ལོར་
བྱེ་ལོ་1907བར་འབྲུག་ཞབས་རྒྱུ་སྐུ་ཐེང་ན་
རིམ་ནས་བསྐྱུངས་ཤིང་དེ་ནས་བྱེ་ལོ་1907 ལོར་
འབྲུག་རྒྱལ་ཐོག་མར་གོང་ས་ཨོ་རྒྱུན་དབང་ཕྱུག་
ནས་འབྲུག་རྒྱལ་བཞི་པ་འདིགས་མེད་སེང་གེ་
དབང་ཕྱུག་བར་འབྲུག་དེ་རྒྱལ་པོའི་ལམ་ལྷགས་
ཀྱི་བསྐྱུངས་གནང་ཡང་འདིགས་མེད་སེང་གེ་
དབང་ཕྱུག་གིས་འབྲུག་ཡུལ་འདི་མང་གཙོའི་ལམ་
ལྷགས་ལ་སྒྲོད་རྒྱུའི་འཆར་གཞི་དེ་བྱེ་ལོ་2004
ལོར་གྲ་སྒྲིག་བྱས་ཏེ། འབྲུག་རྒྱལ་ལྷ་པ་འདིགས་
མེད་གེ་སར་དབང་ཕྱུག་གསེར་ཁྱིམ་མངལ་གསོལ་
སྐབས་བྱེ་ལོ་2008 གྱི་ཟླ་བརྒྱུ་པའི་ནང་མང་གཙོ་
ལམ་ལྷགས་མི་མང་ལ་དངོས་སྒྱུ་གནང་བ་ཞིག་
ཡིན།

དེ་ཡང་འབྲུག་རྒྱལ་འདི་རྣམས་ཀྱིས་

འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་མི་ཡི་ཐོ་བོ་གཅིག་གསར་
 གཏོང་བྱས་པ་དེ་རྒྱལ་ཡོངས་དགའ་སྐྱིད་དཔལ་
 འཛོམས་ཀྱི་ཉིན་མོ་ཞེས་པ་དེ་ཡིན། འདི་ཐོག་
 མར་འདེགས་མེད་རྩི་དབང་ཕྱག་མཆོག་གི་
 ཐུགས་ཀྱི་དགོངས་གཞི་བཞིན་ཁོང་གིས་ཕྱི་ལོ་
 1971 ལོར་འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་འདི་འཛོམས་སྤྱིང་རྒྱལ་
 ཁབ་ཀྱི་ཆར་གཏོགས་པའི་ཆེ་གནད་དོན་འདིའི་
 ཐོག་ལ་བཀའ་སློབ་གནང་ཚུངས་པ་མ་ཟད། འབྲུག་
 རྒྱལ་བཞི་པ་གསེར་ཁྱི་མངལ་གསོལ་ཉིན་ནས་
 རྒྱལ་ཡོངས་དགའ་སྐྱིད་དཔལ་འཛོམས་ཀྱི་ཉིན་མོ་
 དེ་དབུ་འཛུགས་མཛད་པ་ཞིག་ཡིན། 1.འབྲུག་མཉམ་
 བྱེད་ནས་མི་སྡེའི་དཔལ་འབྱོར་གོང་འཕེལ་གཏོང་
 སྤངས། 2.སྤར་སློབ་ཀྱི་ལམ་ལུགས་མི་ཉམས་རྒྱུ་
 སྐྱོང་། 3.མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་ཉམས་སྤང་
 འབད་རྒྱ། 4.ཅ་བཏྟག་གཞུང་སྐྱོང་ལེགས་ལྷན་
 ལམ་ལུགས་འདི་བཞི་ནི་དེང་སྐབས་ཡར་ཐོན་
 ཅན་ཀྱི་རྒྱལ་ཁབ་མང་པོའི་བསྐྱེད་པ་ལྟ་བུ་གྱུར་
 བའི་ལམ་ལུགས་ཆད་ལྷན་ཞིག་ལ་ངོས་འཛིན་
 བཞིན་ཡོད། འབྲུག་གི་རྒྱལ་ས་ཐིམ་ཕུ་ཡིན་
 ལ་དེང་གི་ཆར་མི་གྲངས་2327.849་ས་རྒྱུ་
 46.500sq.km,མི་གྲངས་དང་ས་ཁྱེད་རྒྱུ་ལྡན་ཀྱི་
 གཞི་འཛིན་ས་ནི་(ཉིས་སྟོང་བརྒྱད་མོ་མོ་མ་ལོ་
 འཁོར་དུས་དེབ)ལས་དྲངས།

འབྲུག་གི་ཆོས་སྤྱིང་ལམ་ལུགས་དང་ཆབ་
 སྤྱིང་ཀྱི་འཕོ་འཁྱར་བྱུང་སྤངས་འདི་རྣམས་ནི་དེང་
 འབྲུག་གི་དྲུ་རྒྱ་ཁག་དང་ལྷག་པར་རྫོང་ཁ་དྲུ་རྒྱ་
 སོགས་ལ་ཞིབ་བལྟ་བྱས་པ་དང་འབྲེལ་འབྲུག་པ་
 རང་གི་མིའི་དག་རྒྱུན་སོགས་ལ་ཡང་གཞི་བཅོལ་
 བ་ཞིག་ཡིན།

གཉིས་པ་འབྲུག་གི་སྐད་ཡིག་སྐོར་པ།

དེ་ཕྱིན་འབྲུག་གི་ཡུལ་མི་རྣམས་ཁག་
 གསུམ་ལ་གྱེས་ཡོད་པ། དཔེར་ན། ཕྱིད་མོན་དང་
 ཕྱིད་བོད་ཕྱིད་རྒྱ་གར་དང་བལ་ཡུལ་སོགས་ཀྱི་
 ས་ཁོངས་སུ་གནས་ནས་འབྲུག་ཅེས་པ་ཞིག་ཕལ་
 ཆེར་མེད་པར་སྤང་། དཔེར་ན། མངའ་རྫོང་པ། ཤར་
 ཕྱགས་པ། ལྷོ་མཆོམས་པ་སོགས་ཁག་གསུམ་པོ་
 འདི་ཡིན། དེང་སྐབས་འདི་གསུམ་གཅིག་སྒྲིལ་གྱི་
 སློབ་ཅ་འཛིན་མཁན་གཙོ་བོ་ནི་བོད་ཀྱི་སྐད་དང་
 ཡི་གེ་གཉིས་ལས་གཞན་ཞིག་བཅོལ་ཡང་ངལ་
 བའི་རྒྱ་རང་ཡིན། འབྲུག་པ་ཆོས་འདི་གཉིས་ལ་
 ཁ་རྟོག་ཅམ་བསྐྱར་ནས་ཆོས་སྐད་དང་ཆོས་ཡིག་
 ཅེས་ཤོད་བཞིན་ཡོད་ཀྱང་འདི་གཉིས་ལས་གཞན་
 པའི་འབྲུག་རང་གི་ཐོན་མོང་གི་སྐད་དང་ཡི་གེ་ནི་
 རི་བོང་རུའི་ལྷོ་བོ་ཡིན་པས་ལོགས་སུ་དེ་ཕྱི་རྒྱ་
 རྒྱ་མཆན་འདི་དག་ལ་བཏེན་ནས་བོད་ཀྱི་སྐད་
 ཡིག་འདི་འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་སླ་སློག་རྒྱ་གྱུར་དང་
 འཁྱར་བཞིན་ཡོད།

ཕྱིར་འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་རྒྱ་སྐད་རིགས་
 མི་འབྲ་བ་19ཅམ་ཡོད་ཅིང་དེ་དག་ལས་ཡོངས་
 གྲགས་སམ་གཙོ་བོ་སྐད་རིགས་དྲུག་ཡོད་པ་《ཉིས་
 སྟོང་བརྒྱད་མོ་མོ་མ་ལོ་འཁོར་དུས་དེབ》ནང་
 དྲངས་ཡོད། 1 རྫོང་ཁ། 2 ལྷོ་མཆོམས། 3 རི་བོ་ལ། 4
 དབྱིན་རི། 5 ལྷ་རྒྱུང་། 6 ལ་སམ་སོགས་ཡོད་ཀྱང་
 འབྲུག་པའི་སྤྱི་སྐད་ནི་ཁོང་ཆོས་ཆོས་སྐད་ཅེས་
 བརྗོད་བཞིན་པའི་བོད་སྐད་འདི་ཡིན་ཡང་བརྗོད་
 སྤངས་ཀྱི་ཆ་ནས་རྟོག་ཅམ་མི་འབྲ་ས་ཡོད་པ་ནི་
 འབྲུག་པའི་ཁ་སྐད་རྒྱུན་འབྲམས་སུ་ཤུགས་ཆེར་
 ཕྱིན་དགས་པས་གོ་དཀའ་བ་ཞིག་རང་བཞིན་གྱིས་
 ཐུབ་ཡོད། འོན་ཀྱང་ཅ་བའི་གཞི་ཅ་བོད་སྐད་རང་
 ཡིན་པ་གསལ་བཤད་མི་དགོས་པར་གནས་དེར་
 ཕྱིན་ནས་ཞིབ་ལྟ་བྱས་ན་ཤེས་ཐུབ།

འབྲུག་རྒྱ་ཡི་གེའི་ཆ་ནས་ཀྱང་བོད་ཀྱི་

ཡིག་དབྱ་ཆེན་རང་བྱིས་པ་ཡིན་ཀྱང་ཕྱི་ལོ་1971
ནང་དུ་འབྲུག་ཡིག་ཞེས་བོད་ཡིག་གི་ཚུགས་མ་
ཐུག་དང་མཚུངས་པ་ཞིག་འབྲི་སྒྲིལ་གཏོང་ཡོད་
ཀྱང་དེར་སྐབས་འབྲུག་ཏུ་ཡིག་འདི་གཏོང་ཡིག་
སོགས་སུ་འབྲི་སྒྲིལ་དར་བ་ཅུང་ལས་དུ་ཆུ་དང་
ཆགས་པར། གཞུང་ལམ། ཟུང་ཁང་། ཆོང་ཁང་
སོགས་དང་ལྷག་པར་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་དབྱེ་ལོར་
ཐོག་ཏུ་ཡང་བོད་ཀྱི་དབྱ་ཆེན་ཡིག་གཟུགས་འདི་
རང་འབྲི་བཞིན་ཡོད་པས་སྐྱེ་བོ་མེས་ལྷན་སུས་
བལྟས་ན་བོད་ཡིག་རང་ལས་གཞན་ཞིག་ཅིས་
ཀྱང་མཐོང་མི་སྲིད། ཡང་ཤེས་དགོས་པ་ཞིག་ལ་
སྡོན་ནས་ད་བར་འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་འདི་ལ་སྒྲིག་གི་
ཀྱ་བ་བཙུགས་མཁན་གཙོ་བོ་ནི་བོད་ཀྱི་སྐད་དང་
ཡིག་འདི་གཉིས་ལ་བརྟེན་ནས་བྱང་བ་ཞིག་ལས་
གཞན་ཞིག་བཅུ་ལྟ་ཀྱང་མོ་གཤམ་གྱི་བྱ་དང་ནམ་
མཁའི་མེ་ཏོག་སོགས་ཀྱི་སྒྲུབ་ཅིའདི་ཕྱིར་མི་འགྱུར།

འོན་ཀྱང་འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་འདི་དེར་
སྐབས་ལ་ཆ་མཚོན་ན་བོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་ལ་བརྟེན་
ནས་རང་རིགས་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ཆབ་དབལ་རིག་
གསུམ་གང་ཅིའདི་ཐད་ནས་ཡར་ཐོན་དང་། སྡོན་
ཐོན་ཅན་ཞིག་གྱུར་དང་འགྱུར་བཞིན་པ་འདི་དག་
གང་ལ་བརྟེན་ནས་བྱང་ངམ་ཟེར་ན་དེ་ནི་གཞན་
ཀྱི་ལེགས་ཆ་ལེན་ཐུབ་པས་དགེ་མཚན་ཁོ་ན་ལས་
གཞན་ཞིག་འཆོལ་དགོས་དོན་མི་འདུག

གསུམ་པ་འབྲུག་གི་ཆོས་ལུགས་སྒོར།

འབྲུག་ཏུ་ཆོས་ལུགས་མི་འདྲ་བ་རེ་གཉིས་
ཞིག་ཡོད་ཀྱང་བརྒྱ་ཆ་བདུན་ཅུ་དོན་ལྟ་ནང་པའི་
ཆོས་ལུགས་འདི་ནི་མཁན་ཡིན་པ་སྒྲོས་མི་དགོས་
པ་རང་གྲུབ་ཡིན། འོན་ནང་ཆོས་ཐོག་མར་འགོ་
གང་ནས་ཚུགས་སམ་ཟེར་ན། ཆོས་རྒྱལ་སྤོང་
བཅན་སྐམ་པའི་བདུད་མོ་བརྒྱལ་ཕྱིར་ཏུ་གཞོན་

ཡང་གཞོན་དང་མཐའ་འདུལ་ཡང་འདུལ་སོགས་
ཀྱི་ལྟ་ཁང་12 བཞེངས་སྐབས་བུམ་ཐང་བུམས་པ་
ལྟ་ཁང་དང་པ་རོ་སྤྱི་ཚུ་ལྟ་ཁང་གཉིས་འབྲུག་ཏུ་
བཞེངས། དེ་ནས་བཟུང་འབྲུག་ལ་ནང་ཆོས་དར་
བའི་འགོ་ཚུགས་པ་དང་། དེའི་རྗེས་དུས་རབས་
བདུན་པའི་ནང་སློབ་དཔོན་ཆེན་པོ་པད་མ་འབྱུང་
གནས་བདུད་མོ་བརྒྱལ་ཕྱིར་འབྲུག་ཏུ་སྐྱེས་ཆིབས་
ནས་པ་རོ་ལ་ཕེབས་ཤིང་། པ་རོ་སྐྱེས་ཆང་སྐབ་
ཕུག་ཏུ་སྤྱི་མཚམས་བཞུགས་སྐབས་སྐྱེས་དེ་ཡང་
དེར་ཆང་བཅས་པས་ན་དགོན་འདིའི་མིང་ལ་སྐྱེས་
ཆང་ཞེས་དུས་ད་ལྟ་ཡང་ས་གྲགས་རྩོག་གས་ཡིན།
ཡང་དུས་རབས་བརྒྱ་གསུམ་པའི་ནང་པ་རོ་འབྲུག་
སློམ་ཞིག་བྱོན་ནས་བཀའ་བརྒྱུད་པའི་ཆོས་དང་
གདམས་ངག་སོགས་དབྱ་བརྟེས་པ་དང་། དེ་རྗེས་
དུས་རབས་བརྒྱ་དུག་པའི་ནང་འབྲུག་ཞབས་བྱུང་
ངག་དབང་ནམ་རྒྱལ་མཆོག་འབྲུག་ལ་ཕེབས་པ་
ནས་བཟུང་འབྲུག་ཅིས་པའི་ཆོས་མིང་འདི་ལྟ་
ལ་དར་བ་དང་དེའི་དུས་སུ་འབྲུག་པ་བཀའ་རྒྱུད་
པའི་བསྟན་པ་འབྲུག་ཆེར་དར་ནས་མི་བྱེད་འབྲུག་
པ་དང་། འབྲུག་བྱེད་སྤང་པོ། སྤང་བྱེད་གྲུབ་ཐོབ་
ཅིས་པས་ཐ་སྦད་དེ་བྱུང་སྐམ།

གོང་དུ་བཤད་པའི་འབྲུག་གི་མི་རིགས་
གསུམ་པོ་འདི་དག་ལ་བོད་ཀྱི་ནང་བསྟན་ཆོས་
ལུགས་དང་བོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་གཉིས་ཀྱིས་འབྲུག་
འདི་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་རང་བཞིན་ལྡན་པའི་སྒོག་
དབྱགས་གྲུབ་གྲུབ་པ་ཞིག་བྱང་བ་ནི་ཐེ་ཆོས་
གཏན་ནས་མེད། བོད་རྒྱུད་ནང་བསྟན་གྱི་ཆོས་
ལུགས་དང་སྐད་ཡིག་འདི་གཉིས་ལས་གཞན་
འབྲུག་རང་གི་ཐུན་མོང་གི་ནང་བསྟན་དང་སྐད་
ཡིག་ཅིས་ལོགས་སུ་དབྱེ་རྒྱུ་མེད། རྒྱ་མཚན་འདི་
དག་ལ་བརྟེན་ནས་བོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་དང་ནང་
ཆོས་ནི་འབྲུག་གི་སྒྲིག་ཏུ་གྱུར་ཡོད་པ་མ་ཟད་

དེར་སྐབས་སུ་བོད་ཀྱི་བསྟན་སྲིད་ཆོས་ལུགས་
དང་སྐད་ཡིག་གཉིས་ཆད་ལྷན་རྒྱལ་ཁབ་ནང་
བོད་སྐད་མཁན་དེ་ཡང་འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་གཅིག་
ལུ་ཆགས་ཡོད་ཅེས་མགིན་པ་གཟེངས་སུ་
བཏོགས་ནས་སྐབས་ལྟོན་མེད་སྟུང་།

བཞི་པ་འབྲུག་གི་དཔལ་འབྱོར་གྱི་སྒྲིབ་།

འཛམ་གླིང་གི་དཔལ་འབྱོར་རིག་པའི་
ཉམས་ཞིབ་པ་ཆོས་འབྲུག་ཡུལ་འདི་དཔལ་འབྱོར་
འོས་འཆམས་ཅན་གྱི་རྒྱལ་ཁབ་ཅིག་ཏུ་ངོས་འཛིན་
བྱེད་གྱི་ཡོད། གཞུང་དམངས་གཉིས་ཀྱི་དཔལ་
འབྱོར་ཡོང་ཁུངས་ཀྱང་སོ་སོར་ཡིན་ལ་གཞུང་གི་
དཔལ་འབྱོར་གྱི་ཡོང་ཁུངས་གཙོ་བོ་ནི་རྒྱ་སྒོག་
དང་ཡུལ་སྒྲོར་སྒྲོ་འཆམ་གཉིས་ནས་ཡོང་བཞིན་
ཡོད། དང་པོ་འབྲུག་ཏུ་དཔལ་འབྱོར་གྱི་འབྲུང་
ཁུངས་གཙོ་བོ་ནི་རྒྱ་སྒོག་ཡིན། རྒྱ་སྒོག་འདི་ཡང་
ཐོག་མར་ཐུན་ཆོགས་གླིང་གི་ཉེ་འགམ་དུ་ཕྱེ་ལོ་
(1999)ལོར་རྒྱ་སྒོག་ཁང་བརྒྱབས་ཡོད་ལ་དེའི་
སྒོག་ཤུགས་བཀོལ་ཆད་ས་མ་ཡ་(336)(mega
watt)བཅས་ཡོད་པ་བྱས་ན་སྒོག་འདི་སྟུང་བེད་
སྤྱོད་བྱེད་དམ་ཞེན། དེ་ནི་རྒྱ་གར་ཨ་སམ་ཕྱོགས་
དང་ད་དུང་ཉི་ལའི་ཕྱོགས་སུ་བེད་སྤྱོད་དང་སྤྱོད་
ལུས་ཡིན། དེའི་རྒྱུ་ཕྱི་ལོ་2008ལོར་རྒྱ་ཁྲ་ལ་
སྒོག་ཁང་བརྒྱབས་པ་དང་དེའི་བཀོལ་ཆད་ས་མ་
ཡ་(1020)(megawatt)ཡོད་པ་ཞིག་གསར་དུ་
བརྒྱབས་ཡོད། ཕྱི་ལོ་ (1999)ལོར་བརྒྱབས་པའི་
སྒོག་ཁང་འདིས་སྒོ་བ་ལྷ་དང་སྐན་ཁང་ད་དུང་
འབྲུག་གཞུང་མང་ལ་ཕན་ཐོགས་ཆེན་པོ་བྱུང་ཡོད།
ཕྱི་ལོ་2008 ལོར་བརྒྱབས་པས་སྒོག་ཁང་འདིའི་
ཡོང་སྒོ་ནུས་དང་གི་ཨ་ལས་ཐད་སྤྱོད་བཞིན་
ཡོད་ཀྱང་ལོ་ཤས་རྗེས་ནས་ཁེ་སྒོ་བས་ཆེན་པོ་རག་
རྒྱུ་ཐེ་ཆོམ་མེད་པ་ད་ལྟའི་ཡོང་སྒོ་ནུས་ཆོད་དཔག་

བྱེད་བཞིན་ཡོད།

གཉིས་པ་ཡུལ་སྒྲོར་སྒྲོ་འཆམ་པའི་ས་
ནས་དེར་སྐབས་ཉིན་རེ་ཨ་སྒྲོར་250རེ་སྤྱོད་དགོས་
གྱི་ཡོད་ཀྱང་ལོ་གཉིས་གསུམ་གོང་ནས་ཨ་སྒྲོར་
200རེ་བཟོས་ཡོད། འབྲུག་གཞུང་ལ་ཆོད་དང་
ཤེས་རིག་ཐོག་འབྲེལ་བ་ཡོད་མཁན་དེ་ཆོད་ས་
ནས་ཨ་སྒྲོར་100རེ་ལོན་བཞིན་ཡོད། མི་དམངས་
གྱི་དཔལ་འབྱོར་ཡོང་ཁུངས་ནི། འབྲུག་གཞུང་གིས་
མི་མང་སོ་སོའི་འཛོན་ཆོད་ལ་དཔག་པའི་ལས་ཀ་
རེ་སྤྱོད་བཞིན་ཡོད་ལ་སྐྱ་ཐོགས་ཀྱང་འདར་ངས་
ཤིག་ཡོད་པར་བརྟེན། རང་ཁ་རང་གསོའི་ལམ་
ནས་འཆོ་བ་སྐྱེལ་བཞིན་པ་ལས་སྤྱིན་བདག་ས་
ནས་རག་ཐབས་འབའ་ཞིག་མི་བྱེད་པར་སོ་སོས་
ངལ་ཆོལ་བྱེད་གྱི་ཡོད། དཔེར་ན་ཆོད་མ་བཅོང་བ་
དང་ཐོར་བ་བཅོང་བ་གཞུང་ལམ་གཡས་གཡོན་
སོགས་སུ་ཆོད་ཅག་ཅིག་བཤམས་ནས་རང་ཁ་རང་
གསོ་བྱེད་པར་བརྟེན། འབྲུག་གི་རྒྱལ་ཁབ་འདིའི་
ནང་ཕྱག་བདག་གསུམ་ཅན་ཞིག་མེད་ལ། སྤང་པོ་
སྤྱོད་ཤིག་གྱང་མེད་པར་ཐམས་ཅད་འབྲུ་མཉམ་
དུ་གནས་ཡོད།

ང་ཆོ་གདོང་དམར་བའི་གཞིས་བྱེས་
གཉིས་ཀ་རང་ཁ་རང་གསོའི་རིང་ལུགས་ཉམས་
ནས་གཞན་དབང་སྟབས་བསྟན་ཤུགས་ཆེ་དགས་
པའི་དབང་གིས། གཞན་གྱི་ས་ནས་ཉམ་ཐག་སྒྲོས་
གར་འཁྲབ་སྟོན་འོག་ནས་རང་ཉིད་ཀྱི་རུས་པ་
དང་འཛོན་ཐང་སྟོན་རྒྱའི་བསམ་སྒོ་རེ་ཞན་དང་
རེ་རིང་དུ་ལྷུར་ནས་བོད་ཀྱི་གཞོན་ནུ་མང་པོ་ཞིག་
གཞན་གྱི་རྒྱབ་གཤོག་དུ་ལྷུར་དང་འལྷུར་བཞིན་
ཡོད། ད་ལྟའི་ཆར་རྒྱལ་དབང་མཆོག་གིས་མཛད་
འཕྲིན་ལ་བརྟེན་ནས་བོད་པའི་སྤྱི་ཆོགས་གྱི་ནང་
དུ་སྤང་པོ་དམིགས་བསལ་མང་པོ་མེད་ཀྱང་།
གཞན་བརྟེན་རིང་ལུགས་འདི་ཡུན་རིང་ཕྱིན་ཆོ་

ནུམ་ཞིག་ང་ཚོའི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་སྤང་པོ་དང་ནག་
ཚོང་བཤ་སྟག་གི་གནས་གཞི་ཆེན་པོ་ཞིག་འབྱུང་
མི་སྤྱད་པ་མ་རེད།

ལྷ་པ་འབྲུག་གི་ཤེས་ཡོན་སྒོར།

སྟོན་གདོད་མའི་དུས་ནས་ཡུལ་ཕྱོགས་
འདིར་སྟན་པའི་སྤྱི་ཚོགས་གང་ཡང་མི་ཤེས་ལ་ཅི་
ཡང་མི་འདྲིན་པ་མ་ཟད་སྤྱི་ཚོགས་ཐོག་སྤྱོད་པ་
ལ་དགའ་བ། ལྷག་ལ་རེལ་བ། སྤྱི་ཚོགས་མེད་པ། སྤྱི་
ཚོགས་ཀྱི་ཤེས་རིག་ཆེན་པོ་ཞིག་དང་བར་མ་ཉམས་པ་
རང་སེར་གནས་ཡོད། དེར་སྐབས་འབྲུག་ཡུལ་དུ་
འདྲིན་རིམ་དུག་པ་དང་བདུན་པའི་བར་གྱི་སྟོན་
བྱ་ཡིན་ཡང་དབྱིན་སྐད་ཏ་ཅང་བྱང་པོ་ཡོད་པ་མ་
ཟད། མི་ལོ་བཞི་བརྒྱ་མཇུག་ཆད་སལ་ཆེར་ལ་དབྱིན་
སྐད་ཀྱི་སྒྲ་གདངས་ལེགས་ཤིང་ཡ་རབས་ཀྱི་ངང་
ཚུལ་ལྟར་པས་ཕྱི་རྒྱལ་བ་མང་པོས་བསྟོད་བསྟེན་གསུགས་
ཀྱི་མེ་ཏོག་གཏོར་བཞིན་འདུག འདིའི་རྒྱ་རྒྱུན་གཙོ་
པོ་ནི་འབྲུག་པའི་སྟོན་ཕྱག་མང་པོ་ཞིག་ཕྱི་རྒྱལ་
ལ་སྟོན་སྤྱོད་བྱེད་དུ་གཏོང་གི་ཡོད་པ་དང་། སྟོན་
ཕྱག་ཚོས་ཀྱང་ཕྱི་རྒྱལ་ནས་སྟོན་མཐར་ཕྱིན་རྒྱུ་
ཕྱིར་རང་ཡུལ་དུ་ལོག་སྟེ། སྟོན་ཕྱག་གཞན་ནམས་
ལ་སྟོན་སྤྱོད་སྤྱོད་ཀྱི་ཡོད་པ་ལས། ཕྱི་རྒྱལ་རང་དུ་
སྤྱོད་མཁན་ཆེས་ཉུང་ཉུང་ཡིན་པ་མ་ཟད་འབྲུག་
པ་ནམས་ནས་ཕྱི་རྒྱལ་ལྷག་གི་ལེགས་ཆ་ནམས་
བསྟུས་ནས་འབྲུག་ལ་སྟོན་ཕྱག་དོར་བརྒྱུད་ལེན་
ཀྱི་བྱ་བ་བཟང་པོ་སྤངས་ཤིང་འབྲུག་པ་རང་ཉིད་
ཀྱིས་རང་གི་ཁྱིམ་ལ་སྤང་བཅི་ལེགས་པོ་ཞུས་པ་
བཅས་ལ་བརྟེན་ནས་འབྲུག་འདི་མི་འཕོར་དང་

དག་ཕྱགས་སོགས་མེད་ཀྱང་རང་ཉིད་ཀྱི་རྒྱལ་ཁབ་
སྤང་སྟོན་བྱེད་ཕྱབ་ཀྱི་ཡོད།

ང་ཚོའི་སྟོན་ཕྱག་ལྷག་གི་ནང་དབྱིན་སྐད་
ཀྱི་སྟོན་ཆེན་གཙོ་བོ་འདྲིན་ཀྱི་ཡོད་ཀྱང་། རྒྱ་ནང་
དབྱིན་སྐད་བཤད་རྒྱ་ལོ་ཆ་ནས་མཐོ་རིམ་སྟོན་ཕྱག་
ལྷག་གི་ནང་དུ་འང་དབྱིན་སྐད་སྟོན་པོ་ཆགས་ཡོད་
པ་མ་ཟད། ཐ་ན་གཏོར་ཡིག་ཅུ་ཡང་འབྲི་དགོས་
ནའང་གཞན་ལ་རེ་དགོས་པ་བྱུང་བས་མགོངས་
ཆོག་ཕྱགས་པམ་དགོས་པའི་གནས་སྤངས་འཆབ་
ཆེན་ཞིག་བྱུང་ཡོད་པ་ཀྱང་ཀྱིས་མཆིན། དེ་ལས་
ཀྱང་སྟོན་དགོས་པ་ཞིག་ལ་ང་ཚོ་བོད་པའི་སྤྱི་ཚོགས་
ནང་དུ་ཐ་མག་དང་ཉལ་ཐ་འཐེན་མཁན་མང་པོ་
ཡོད་པ་དང་། དེ་མཚུངས་སྟན་ཁབ་འདྲ་མིན་རྒྱག་
མཁན་ཡང་རྒྱུ་མང་འགྲོ་བཞིན་པ་འདིས་བོད་མི་
ཅ་གཏོར་ཀྱིས་ལས་ལ་ཞུགས་བཞིན་ཡོད། དཔེར་
ན་«ཀྱི་མ་ལམ་ནོར་གྱི་སྟོན་གདུང་»ཞེས་པའི་སྟོན་
བརྟན་ནང་གི་གཞོན་སྟེས་མང་པོ་ཞིག་བེད་མེད་
དུ་འཇུག་བཞིན་པ་ལྟར་ལགས།

དུག་པ་འབྲུག་གི་གོམས་སྟོན་སྒོར།

འབྲུག་ནི་མཐོ་སྐད་དུ་ཆགས་པའི་རྒྱལ་ཁབ་ཅིག་
ཡིན་པས་བོད་དང་ཏ་ཅང་མཚུངས། ད་དུང་བཅོ་
གྲ་སོགས་ཆེན་པོ་མེད་པས་མཁའ་རླུང་གཅང་བ་
མ་ཟད་ཤིང་ནགས་ལ་གཅེས་སྤྱོད་ལེགས་པོ་བྱས་
པས་ཁོར་ཡུག་ཀྱང་ཏ་ཅང་གི་མིག་ནང་མཛེས་
པོ་ཡོད། འབྲུག་ཡུལ་དུ་ཐ་མག་བཅོང་མཁན་
གཅིག་ཀྱང་མཐོང་རྒྱ་མེད་ལ་འཐེན་མཁན་ཡང་
དེ་བཞིན་དགོན་པོ་ཡིན། དེར་བརྟེན་འཛམ་གླིང་
ནང་འབྲུག་ནི་ཐ་མག་བཀག་སྟོན་བྱེད་པའི་རྒྱལ་
ཁབ་ཨང་དང་པོ་དེ་ཆགས་ཡོད་ལ་ད་དུང་འབྲུག་
རྒྱལ་ཡོངས་སུ་འབྲེག་ཞུག་བེད་སྤྱོད་གཏོང་ཆོག་
གི་མེད་པས་གཡམ་གཡོན་དུ་གད་སྟོན་ཀྱང་དེ་
ཅུ་མཐོང་རྒྱ་ཞིག་མེད་པས། འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་

ནི་འཛམ་གླིང་ཡུལ་སྒོར་བ་མང་པོ་ཞིག་ལ་མིག་
གི་མཛེས་ཆུང་དུ་གྱུར་ཡོད། འོན་ཀྱང་འབྲུག་གི་
མི་རྒྱུས་ཐམས་ཅད་མགོ་རིལ་ཡིན་པ་དང་རྒྱན་
དུ་ཁ་ནང་ཁྲག་འཛུགས་འཛུགས་གི་རྩལ་དམར་པོ་དེ་
བཟའ་དོན་ཅི་ཡིན་ཟེར་ན་དེ་ཡང་འབྲུག་གི་རྒྱལ་
རབས་《འབྲུག་གསལ་བའི་སྒྲོན་མེ》ནང་གསལ་
བ་བཞིན་མདོར་ཅན་བཞག་པར། མི་རིགས་སོ་སོ་
ཁྱད་མེད་ཐམས་ཅད་མགོ་རིལ་ཡིན་པ་དང་གོ་
ཏས་པ་ནི་རུ་ཤིང་ཙུ་ཤིང་འཕྱུག་རྒྱུ་དེ་ལྟར་
ཙུ་ཤིང་ཡང་ཟེར་བ་དེ་བཟའ་བའི་རྒྱ་མཚན་ཆུང་རབས་
རྒྱུས་ཀྱིས་ལོ་རྒྱུས་ཁྱད་མེད་ཅན་ལ་མཐུན་པར་
གྲུ་ལྷ་ཡོད་པ་ནི། སྒྲོན་གྱ་རུ་རིན་པོ་ཆེ་མོན་དུ་
ཕྱོན་དུས་སུ་འདྲེ་སྒྲིན་དང་མོན་གྱི་མི་རྒྱུས་ཀྱིས་
མི་ཤིང་ཤིང་ཁྲག་འཛུགས་། རུས་པ་སྒྲུབ་། སྒྲུང་པ་བྲལ་
པགས་པ་གྲོན་གྱི་ཡོད་པ་ལ། གྱ་རུ་རིན་པོ་ཆེས་
འདྲེ་སྒྲིན་སྒྲིགས་དམ་ལ་བཏགས་ནས་ཤེད་ཆབ་རུ་
རུ་ཤིང་དང་རུས་པའི་ཆབ་རུ་གོ་ཏས་སམ་རྒྱུ་མ་
པགས་པའི་ཆབ་རུ་པ་ནི་ཁྲག་གི་ཆབ་རུ་དེ་དག་
སྒྲུར་ནས་བཟའ་བ་ལ་མཆིལ་མ་དམར་པོ་མེད་
པས་གོ་ཆོད་པ་བྱིན་གྱིས་བསྐྱབས་ཏེ་སྒྲུབ་ཅན་དེ་
སྒྲོན་པ་གནང་ཡོད་པ་ལས་བྱིན་ཆད་མ་འོངས་

པ་ན་མོན་གྱི་ཡུལ་སྒྲོང་འདྲིའི་མི་སྒྲེ་བ་སྐྱངས་
ཆད་ཐམས་ཅད་སྒྲོན་པ་འཕྲོ་བ་ར་ཐུགས་བསྐྱེད་
གནང་སྟེ་བྱིན་གྱིས་བསྐྱབས་པ་ལ་བཞེན་ནས་མི་
ཐམས་ཅད་ལ་སྒྲོན་པ་གནང་བཞག་པས་མགོ་རིལ་
ཡིན། དེ་ནས་བཟུང་རྒྱུ་པ་མ་པ་ནི་བཟའ་བའི་རྒྱ་
མཚན་ཡང་དེ་རང་ཡིན། བོད་འབྲུག་གཞིས་རིས་
ནས་ཀྱང་སྒྲོད་དང་གོ་མས་གཞིས་སྒྲིགས་མི་མཐུན་
ས་འདི་གཞིས་ལས་གཞན་ཞིག་འཆོལ་དགོས་
ཀྱང་ངལ་བའི་རྒྱ་རང་ལས་དོན་སྒྲིང་དང་མཐུན་
པའི་གནས་ལུགས་གཅིག་རག་མི་སྲིད། འབྲུག་
གླིང་བའི་གཏམ་འདི་འབྲི་སྐྱབས་བདག་གི་དབུ་
གཞིའི་ཡིག་ཆ་རེ་གཞིས་ཤིག་འོག་ཏུ་བྱུར་འདོན་
བྱས་ཁུལ་ཡིན་ཡང་དབུ་གཞི་ཡིག་ཆ་ལས་
བདག་དངོས་སུ་འབྲུག་ཏུ་སྒྲོད་སྐྱབས་དེར་ཡོད་
པའི་བོད་མི་དང་ཡུལ་མི་ཆུང་དར་གཞོན་གསུམ་
ལ་དངོས་སུ་བཟོ་གྲུང་སྒྲིགས་ཀྱི་གོ་སྐྱབས་རག་
པའི་བཀའ་དྲིན་གྱིས་གང་ཤེས་ཤིག་འདྲིའི་བཞག་
ཡོད་ཀྱང་ཞོར་འཁྲུལ་ཡང་སལ་བའི་རོར་རང་
བཞིན་གྱིས་བྱུ་བ་པ་ཞིག་ཡིན་པས་དགོངས་སེལ་
ཞུ།

ལེ་ཆན་འདྲིའི་ཁྱད་གསལ་། བཅན་མེ་སྒྲིག་དང་འབྲི་རུ་བ་སྐྱལ་བཟུང་འགྲོ་མགོན།



କୃଷି ଓ ଶିଳ୍ପ କୃଷି ଓ ଶିଳ୍ପ

କୃଷି ଓ ଶିଳ୍ପ

କୃଷି ଓ ଶିଳ୍ପ କୃଷି ଓ ଶିଳ୍ପ

କୃଷି ଓ ଶିଳ୍ପ କୃଷି ଓ ଶିଳ୍ପ

କୃଷି ଓ ଶିଳ୍ପ କୃଷି ଓ ଶିଳ୍ପ

କୃଷି ଓ ଶିଳ୍ପ କୃଷି ଓ ଶିଳ୍ପ

କୃଷି ଓ ଶିଳ୍ପ କୃଷି ଓ ଶିଳ୍ପ

କୃଷି ଓ ଶିଳ୍ପ କୃଷି ଓ ଶିଳ୍ପ

କୃଷି ଓ ଶିଳ୍ପ କୃଷି ଓ ଶିଳ୍ପ

କୃଷି ଓ ଶିଳ୍ପ କୃଷି ଓ ଶିଳ୍ପ

କୃଷି ଓ ଶିଳ୍ପ କୃଷି ଓ ଶିଳ୍ପ

କୃଷି ଓ ଶିଳ୍ପ କୃଷି ଓ ଶିଳ୍ପ

କୃଷି ଓ ଶିଳ୍ପ କୃଷି ଓ ଶିଳ୍ପ

କୃଷି ଓ ଶିଳ୍ପ କୃଷି ଓ ଶିଳ୍ପ

କୃଷି ଓ ଶିଳ୍ପ କୃଷି ଓ ଶିଳ୍ପ

କୃଷି ଓ ଶିଳ୍ପ କୃଷି ଓ ଶିଳ୍ପ

କୃଷି ଓ ଶିଳ୍ପ କୃଷି ଓ ଶିଳ୍ପ

କୃଷି ଓ ଶିଳ୍ପ କୃଷି ଓ ଶିଳ୍ପ

མེ་མི་དེ་གཤམ་ལྟུག་པ་ལྟུག་།

བརྒྱམས་ཆོས་ཀྱིས་བཞེངས་མི་ཐུབ་པའི་ང་ཚོའི་སྤྱི་ཆོག་ལ།

རྟ་མགིན། (འགྲན་རྩོམ་ཨང་དང་པོ།)

ཁ་ནང་དུ་ཕྱོགས་པ།

གཞིས་བཞུགས་ཚུམ་པ་པོ་ཁྱི་སེམས་
དཔས་"ན་ཟུག་མེད་པའི་བོད་ཀྱི་སྟན་འགྲུབ་པའི་སྡེ་
"ཞེས། བོད་ཀྱི་ཚུམ་རིག་ཁོར་ཡུག་ལ་ཞིབ་དཔྱད་
དང་། འཛམ་གླིང་གི་ཁ་ཕྱོགས་ལ་སེམས་ཁུར། སྟན་
འགྲུབ་པའི་འགན་འཁུར་གྱི་ཆ་དང་བཅས་ཤོག་ཞེ་ཁ་
ཤས་ནང་ཕྱོགས་སུ་སྤངས་པ་ནི་བསམ་སྒྲུབ་ཀྱི་
ཕྱེ་ཞེས་མངར་ལུན་པ་ཞིག་ལགས།

ཁོང་ཉིད་ཀྱིས་གསུངས་པ་བཞིན་དུས་
རབས་འདིའི་དུས་འགོ་ནས་བོད་ལ་ཚུམ་རིག་
ཀྱི་དཔེ་དེབ་གང་མང་ཐོན་ཞིང་། བོད་ཡིག་འགོ་
མཐུག་སྒྲིག་ཤེས་པ་ཅམ་ནས་སྟན་ཚུམ་འབྲི་གི་
ཡོད་ཅེས་སྒྲུག་མིང་རེ་བཏགས་ནས་ཁུར་ཁུར་བྱེད་
པ་དེ། བོད་མིའི་རིག་གནས་ཀྱི་གོ་རྟོགས་སད་ནས་
ཤེས་བྱའི་གནས་ལ་མཐོང་ཆེན་བྱས་པ་ཡིན་ན་
དགའ་འོས་པ་ཞིག་ཡིན་པོད། དེ་ལྟར་མིན་པར། མི་
གཤིས་ཀྱི་འགྲན་སེམས་ཁོ་ནའི་དབང་དུ་སོང་ནས།
བོད་སྤྱི་མེད་པའི་ཤོག་སྒྲིགས་གང་མང་བོད་ཀྱི་
ཚུམ་རིག་ཤེས་བྱའི་ཐང་ཆེན་ན་གསོག་བཞིན་
མཆིས། ད་དུང་ཡིད་པམ་པ་ཞིག་ལ་ཤེས་ཡོན་
ལ་དགའ་ཡང་ཡར་རྒྱས་མེད་པ་ཁོང་ཚོའི་དཔལ་
འབྱུར་ལའང་ཁྱེད་རྒྱུད་ཤོག་གིན་ཡོད་པ་སྒྲོས་མེད་

རེད། དེར་བཞེན་གཟབ་གཟབ་མ་བྱས་ན་རང་ཉིད་
ཀྱིས་མི་འདོན་པར་སྤྱི་ཆོགས་ལ་འཁང་སེམས་རེ་
དང་སྟན་དུ་ནམ་ཡང་སྒྱུ་གུ་ཐང་ལ་གཡུག་མི་སྲིད་
པ་མ་རེད།

དེ་ལྟར་ན་ཟུག་མེད་པའི་བོད་ཀྱི་ཚུམ་པ་
པོ་འམ་སྟན་འགྲུབ་པ་དག་གི་མི་གཤིས་ལ་དཔྱད་ན།
ཁེངས་ཤིང་དེགས་པ། རང་མཐོག་ཞན་དམའ། གོ་
རྟོགས་ཆུང་བ། འགན་འཁུར་མེད་པ། ཉུ་ལ་འཁྲིལ་
ཞིང་རང་ཚུགས་དཔེན་པ། རྒྱུན་དུ་ཡི་ཐུག་པ། ཤེས་
འདོད་ཀྱི་བསམ་སྒྲུབ་བྲལ་བ། སྤྱི་ཆོགས་དང་རྒྱུང་
དུ་གྱེས་པ། འཕེལ་མེད་རང་སོར་གནས་པ་བཅས་
ཀྱི་མི་གཤིས་ངན་པ་དགྲ་ཉག་ཉག་ཆང་བས། བོད་
ཀྱི་ཚུམ་རིག་ཐང་ཆེན་ན་བོད་བྱས་ཁེངས་ཏེ་རྟ་པོ་
ངོ་མི་ཤེས་པ་བཟོས་ཡོད། དེ་ནི་མི་རིགས་ཤིག་གི་
རིག་གནས་ཀྱི་ཆ་ནས་ཡི་ཐུག་དགོས་པའི་སྤྱི་གར་
ཞིག་རེད།

གནས་ལུགས་སུ་གཞུང་ལམ་དེ་རྒྱལ་ཁབ་
ཀྱི་བྱངས་ཁྲག་རྒྱ་སའི་རྩ་ལམ་ཡིན་ཟེར་ན། རིག་
གནས་ནི་མི་དམངས་གོ་རྟོགས་སད་བྱེད་ཀྱི་སྒྲན་
མཆོག་གཅིག་ཤུ་དེ་ཡིན་པ་སུས་ཀྱང་ཤེས། དེ་
ལྟར་ན། ང་ཚོས་སྟན་དུ་རྒྱ་ཆེ་བའི་རིག་གནས་ཀྱི་
བྱེད་ལས་ངོ་མར་རྒྱུན་དུ་ནས་བསམ་གཞིག་བྱེད་
དགོས་པར་ངེས། དོན་ངོ་མར། འགྱུར་བ་མེད་ན་

ཡར་རྒྱུ་མེད་ཅེས་སྒྲོན་སྒྲོན་གྱི་རྒྱལ་སྤྱི་དག་ན་
སྒྲོ་མོ་ནས་ད་ལྟ་བར་བོད་པའི་མ་ཁེ་བཞིན་བཟང་
བཞིན་ཡོད། དེས་ང་ཚོར་སྒྲོན་པ་ནི་འགྲུལ་བསྐྱོད་
ལྟ་བུའི་སྤྱི་ཚོགས་ཤིག་གི་ནང་ཚོག་ཕྱར་འདུག་
མི་ཐུབ་པ་དེ་རེད། གནས་ལུགས་དེར་བསམ་ན་
ང་ཚོའི་བོད་ཀྱི་ཚྭ་རིག་ཐ་དག་གསོན་པོ་ཡིན་
དགོས་ལ། ཏུས་དང་འཆམ་པའི་འགྲུལ་བསྐྱོད་ཀྱང་
ལྟན་དགོས།

ཡིད་པམ་པ་ཞིག་ལ། བ་ཟུག་མེད་པའི་
བོད་ཀྱི་ཚྭ་པ་པོ་དང་སྟན་ངག་པ་དག་གི་སྟན་
ཚྭ་མང་པོ་ཞིག་སྟོག་པ་པོའི་མིག་ལམ་ན་སྒར་
རྒྱན་བཞིན་ཤི་རོ་ཞིག་ལས་མ་འདས་པའི་རྒྱ་
མཆན་ནི། “ལད་ལྷོས་བསྐྱར་ལྷོས། བརྒྱ་འབྲི་བཟུ་
འབྲི། བད་མེད་འཁུན་སྒྲ། ཕྱི་རྒྱུ་ནང་སྟོང་རྒྱང་
རྒྱང་”ཡིན་པས་སོ། ད་དུང་། བརྗོད་བྱ་ནི་བྱིས་
ཀྱིས་བསྐྱམས་པ་ལྟར། དགའ་མ་དན་པ། ས་མ་
དན་པ། སྒྲ་མར་བསྟོད་པ། འདྲེ་ལ་སྤྲིགས་པ། ཡུལ་
སྟོངས་འབྲི་བ་དང་། ཉན་རེའི་འཆོ་བ་ཐན་ཐུན་རེ་
ཡིག་ཐོག་ཏུ་སའ་བ་”བཅས་ལས་མ་བརྒྱལ་ན་རིག་
གནས་ཀྱི་རིན་ཐང་ཤེས་མཁན་ཞིག་གིས་བལྟས་
ན་ང་ཚོའི་སྤྱི་ཚོགས་ཁྱོད་ཡར་རྒྱུ་མི་འགྲོ་བའི་
གནད་དོན་དེ་ཡིན་པ་ཤེས་ཐུབ་ལ། ང་ཚོའི་སྤྱི་
ཚོགས་དེ་ཡང་བརྒྱམས་ཆོས་ཀྱིས་བཞེངས་མི་ཐུབ་
པའི་སྤྱི་ཚོགས་ཤིག་ཡིན་པ་ཏུ་གོ་དོན་གསལ་དུ་
གྱུར།

ཁ་ཕྱི་ལ་ཕྱོགས་པ།

བྲི་སེམས་དཔའ་ཉིད་ཀྱིས། སྟན་ངག་པ་
ཞིག་ཡིན་ན། “གཞན་གྱི་སྟུག་བསྐྱེད་ལ་སྤྱི་དག་
པ། གཞན་གྱི་ཁུར་བོ་རང་འགན་དུ་ལེན་པ། དོན་
རྒྱུན་གང་ཐུང་ལ་ཆོར་བ་སྟེན་པོ་ཅི་ནས་ཀྱང་
དགོས།”ཞེས་སྟན་ངག་པ་ཞིག་གི་ཆ་རྒྱུན་དུ་བཟང་

པ་ནི་ཏུ་ཅང་བཟུར་འོས་པ་ཞིག་འདུག་ འོན་ཀྱང་
ཆ་རྒྱུན་དེ་དག་ནི་གཞན་སེམས་ཆེ་བའི་ཁོར་ལས་
སྟན་ངག་པའི་ཆ་རྒྱུན་ཙམ་ལས་ཆེད་ལས་སྟན་
ངག་པའམ་ཚྭ་པ་པོ་ཞིག་དེ་ལྟར་འཆོ་ཐབས་
བྲལ། མ་ཟད། ཉིད་ཀྱིས་ལུང་འདེན་བྱས་པའི་ཉེ་
མིང་མེའི་(EMHemingway)ཆོག་ལས་“མ་མཐའ་
ཡང་རང་ཉིད་ལ་ཤ་ཆ་བ། རང་ཉིད་ལ་འགན་
འཁུར་བ།”ཞེས་པའི་ནང་དོན་དང་འགལ། གང་
ལ་ཞེ་ན། ཆོག་རྒྱུ་དེ་གཉིས་དང་ཚྭ་པ་པོ་དེ་
མིང་མེའི་ལྟ་གྲུབ་ལ་ཅིག་ཅར་དུ་གཞིག་ན། རང་
གི་འཁུར་བོ་རང་ལེན་ཐོག་ སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་དགོས་
མཁོར་སྟོན་ཉེ་ཤི་མ་གསོན་གྱི་གནས་སྐབས་ལའང་
རང་ཉིད་ཀྱི་འཆོ་གནས་ཚོད་ལེན་བྱེད་དགོས་པ་
བསྟན་འདུག་ མ་ཟད་བྲི་སེམས་པ་ཉིད་ཀྱང་འཛམ་
སྤྱི་གི་ཚྭ་པ་པོ་དུ་མ་དང་འདྲ་བར་ཉེ་མིང་མེ་
ལ་དགའ་གུས་ཆེན་པོ་ཡོད་བཟོ་འདུག་ དེས་ན་
གཟིགས་དང་། མཆམས་འདི་ནས་ཚྭ་རིག་དཔེ་
མཆོན་མི་སྟོན་གྲགས་ཅན་ཨ་རིའི་ཚྭ་པ་པོ་དེ་མིང་
མེའི་ཕྱི་ལོ་(1899-1961)ལོ་རྒྱུས་མདོར་ཅམ་དང་
དེ་ལས་འཕྲོས་པའི་བརྒྱམས་ཆོས་ཤིག་བྱེད་ནས་
པའི་སྟུན་བྱང་སྟོ་མའི་མདུན་དུ་ཅུང་ཙམ་བཤམས་
ན་ཐུགས་པན་སོས་པར་སེམས། ཁོང་ནི་ཨ་རིའི་
མགོ་བོ་སྟོངས་པའི་མི་རབས་ཤིག་ (Lost Genera-
tion) ཅེས་པའི་ཚྭ་རིག་གྲུབ་མཐའི་ཆབ་མཆོན་
མི་སྟོན་དང་། ཁོང་དང་གྲུབ་མཐའ་དེའི་ཁོངས་མི་
ཆང་མ་རེ་སྟོན་དུ་མས་འཛམ་སྤྱི་དམག་ཆེན་
དང་པོར་ཞུགས་ཐུང་མཁན་ཤ་སྟག་རེད། མ་ཟད།
ཁོང་ཆོ་ཆང་མ་འཆོ་གནས་ལ་ཞེན་ཞིང་ཚྭ་རིག་
ལ་ལྟག་པར་དུངས། ཉེ་མིང་མེ་ཁོ་རང་ལ་མཆོན་
ན་ཕྱི་ལོ་1917ལོར་སྟོབ་གྲུབ་སྐྱུར་ཉེ་དམག་སར་
ཞུགས། དེ་དུས་ཆས་སྟོན་ཆབས་ཆེན་པོ་གསེ་ཕྱི་
འཁོར་བ་ནས་འཛིག་ཉེན་ལ་གྱེས་ཐུག་མ་འཆོལ་

བས། ལོ་ལྟར་ཚུམ་རིག་གི་བྱ་བ་ཞག་ཆེན་པོ་རེ་
གསར་གཏོད་བྱས་པ་ཆད་མྱོང་མི་འདུག མཐར་ཕྱི་
ལོ་1954ལོའི་ནོ་ཁྲེལ་ཚུམ་རིག་གཟེངས་ཉག་ས་དེ་
ཁོང་ལ་ཐོབ། མདོར་ན་ཁོང་གིས་མི་ཆེ་ཤིས་པོ་ཚུམ་
རིག་དང་ལྷན་དུ་བསྐྱེད་ཁོང་གི་ལམ་དུ་གཤེགས་
ཟིན་པའི་རྗེས་སུ་ཡང་དཔར་བསྐྱེད་བྱེད་རྒྱར་ལུས་
པའི་བཅམས་ཆོས་གྲགས་ཅན་ཁ་ཤས་དཔར་དུ་
བཏབས་འདུག

འཆོ་གནས་ལ་དགའ་བའི་སྒོ་གསར་ཆོའི་
ཆེད་དུ་ཁོང་གི་བཅམས་ཆོས་གྲགས་ཅན་འགའི་
མིང་འདོན་བྱས་ན།(1)"ཉི་མ་སྤར་རྒྱུན་བཞིན་ཤར་
བ"(The Sun Also Rises)"ནམ་ཡང་མཆོན་ཆ་
དང་ཁ་བྲལ་བ།"(A Farewell to Arms)"སུ་ཡི་
ཆེད་དུ་འཆི་ཁའི་ཅོང་བརྒྱགས་" (For Whom
The Bell Tolls)"ཆས་འཁོགས་དང་རྒྱ་མཚོ།"(The
Old Man and The Sea)དང་དུང་།"མི་གསོད་
མཁན་"(The Killer)སོགས་ཨ་རིའི་ཚུམ་རིག་
བང་མཛོད་ནང་གི་ནོར་བུ་རྒྱུང་རྒྱུང་དུ་གྱུར་འདུག
རྒྱབས་ཆེ་བའི་ཁོང་གི་བྱ་བ་ཞག་དེ་དག་ལས་མི་
དམངས་ལ་བསམ་པའི་རྒྱག་བྱེ་མང་དུ་ཐོབ་དང་
འཐོབ་ལུས་ནི་ལྟ་ཅི་སྒོམ། ཁྱོམ་རའི་ཡོང་འབབ་
ནི་མི་མང་གི་ལག་ན་དུང་ཡང་ཆད་མེད་པ་དེ་
རེད། མདོར་ན་ཁོང་གི་རྗེས་སུ་ན་དཔལ་འབྱོར་
དང་ཤེས་ཡོན་གཉིས་ཀའི་བྱ་ཆར་དུང་ཡང་
འབབ་བཞིན་མཆིས། དེ་ལྟར་མཆོན་ཉིད་ཆང་
བའི་ཚུམ་པ་པོ་ཁོང་གིས་ཨ་རི་དང་འཛམ་སྐྱིང་མི་
དམངས་ལ་བྱས་རྗེས་རྒྱབས་ཆེན་བཞག་ནས་ཕྱི་
ལོ་1961ལོར་རང་ཉིད་ཀྱི་འདོད་མོས་ལྟར་རང་
དབང་གིས་འཛིག་རྟེན་ལ་གྱེས་བྱས་ཤིང་།

ཉི་མིང་མེའི་བཅམས་སྤྱད་རིང་གས་"ཉི་
མ་སྤར་རྒྱུན་བཞིན་ཤར་བའི་"(The Sun Also
Rises)སྐོར་ལ་ཕྱན་ཅིང་དབྱད་ན། བཅམས་ཆོས་

དེ་ཕྱི་ལོ་1926ལོར་འབྲེམས་སྤེལ་བྱས་འདུག དེས་
འབྱོར་ལྷན་གྲལ་རིམ་གྱིས་བསྐྱངས་པའི་འཛམ་
སྐྱིང་དམག་ཆེན་དང་པོར་ཁོང་ཁྱོད་རབ་དུ་འབར་
བའི་སྒོ་ནས་གདུང་འབོད་བྱས་ཡོད།(2)"བཅམས་
ཆོས་ཁོད་ཀྱི་མི་སྣ་ནམས་ནི་དམག་འཁྲུག་གི་
གཞོད་འཆོ་ཕོག་མི་ཤ་སྟག་ཡིན། ཁོང་ཆོས་འཛིག་
རྟེན་བྱ་བར་ཅེད་མོ་ཅེ་བ། བག་མེད་ལོངས་སྤྱོད་
བྱེད་པ། ཁོང་ཆོ་ནི་མི་ལུལ་དུ་གྱུར་བའི་ངེས་མེད་
ལྗོངས་རྒྱ་བཞིག་ཡིན། ཁོང་ཆོས་ཞབས་སྒོ་རྒྱག་པ་
དང་། ཨ་རག་འཁྱུང་བ། ལུལ་སྒྲོར་བ། དགའ་རོགས་
བསྐྱིགས་པ་སོགས་བག་མེད་ནམ་གཤེད་གི་འཆོ་
བ་བསྐྱེད་ཡོད། འོན་ཏེ་ཁོང་ཆོའི་སེམས་པ་དོན་
སྟོང་དང་སྒྱུ་སྤང་། ཅ་བརྟག་བཅས་ཀྱི་གདུང་བས་
མནན།"གང་ལྟར་"ཉི་མ་སྤར་རྒྱུན་བཞིན་ཤར་བས་
"སྐབས་དེའི་མི་དམངས་ལ་དམག་འཁྲུག་གི་ཉེས་
དམིགས་དང་ཤེས་ལྷན་པའི་བསམ་སྒྲུབ་དཀའ་
ངལ་དུས་ཐོག་དུ་བཤད་ཐུབ་ཡོད་ལ། ཕྱིས་དང་
དེང་གི་སྒྲིག་པ་པོར་དམག་ཆེན་དང་པོས་སྐབས་
དེའི་མི་དམངས་ལ་སྤྱད་པའི་དཀའ་སྟུག་གསལ་
སྟོན་བྱས་འདུག མ་ཟད། སྐབས་དེའི་བསམ་སྒྲུབ་
བ་དང་ཤེས་ལྷན་པ་ཆོས་དམག་འཁྲུག་གི་ཁོད་
ནས་ཉག་པར་ཡིད་ལ་བཅངས་པའི་ཞི་བདེ་དེ་ཅི་
འདའི་ཅ་ཆེན་ཞིག་ཡིན་པར་སྤྱད་ཡོད། ཉི་བའི་
ཆར་ཕྱི་ལོ་2011ལོ་7ཆོས་15ཉིན་མི་རིགས་མང་
པོའི་ན་གཞོན་ཆོས་དགའ་ཤོས་བྱེད་སའི་རྒྱ་གར་
ཀྱི་སྒྲིག་བརྟན་(Zindagi Na Milegi Dobara)"མི་
ཆེ་ལ་ཕྱིར་ལྟོག་མེད་"ཅེས་པ་གསར་དུ་ཐོན་ཞིང་
སྒྲིག་བརྟན་དེའི་རིན་གོང་ཉིན་སྟོར་དུང་ཕུར་
89.58འབར་འཕར་ཡོད་པ་རེད། འདིར་རྒྱབས་ཆེན་
ཀྱི་ཉི་མིང་མེའི་ཕྱོགས་སུ་ལངས་ནས་དགའ་འོས་
པའི་གཏམ་ཞིག་བཤད་ན། ལྟར་མོ་བ་དུང་ཕུར་
བརྟ་ལྟག་གི་མིག་གི་ལོངས་སྤྱོད་དུ་གྱུར་པའི་སྒྲིག་

བརྟན་དེའི་པར་གཞི་ལེགས་ཤོས་དེ་ཁོང་གི་“ཉི་མ་
ཟུར་རྒྱུན་བཞིན་ཤར་བ་”ལས་བཟུངས་འདུག
མཐའ་མ་ནང་དུ་བསམ་པ།

ད་གཟོད་ཁ་ནང་དུ་བསྐྱོར་ནས་བཞུགས་
ན། ང་ཆོའི་སྤྱི་ཆོགས་ནང་སྤྱི་ཆལ་པ་དང་སྤྱི་ཆལ་
པར་སྒྲོམ་པའི་སྤྱི་པོ་མང་པོས་དབྱེ་ཞིབ་དང་དངོས་
དོན་གསལ་པོ་མ་རྟོགས་པར། སྤྱི་ཆལ་རིག་གནས་
ཀྱི་བྱུང་ཁོངས་སུ་དཔལ་འབྱོར་གྱི་དབང་ཤུགས་
སྤེལ་བའི་འདོད་པའམ་སྤེལ་བའི་འདོད་པར་སྤྱིང་
བ་ནི་སྤྱུག་པས་སྤྱང་མདོག་བྱས་པ་དང་ཀུན་ནས་
མཚུངས་ལ། འདིག་རྟོན་ལ་འགལ་བ་ལྟག་སྟོད་
ཀྱིས་རི་ཁོད་དང་ནགས་སུ་བཞུགས་པའི་ངང་
སྤང་གིས་ཉིང་དེ་འདྲིན་གྱི་བྱོ་བ་མྱོང་པར་ལད་
སྒྲོམ་བྱས་པ་ཁོ་ན་ལས་མ་འདས། དེར་བརྟེན་ང་
ཆོའི་ཚུམ་པ་པོ་དང་སྤྱན་ངག་པ་ཀུན་གྱིས་ཤེས་
ཡོན་དང་དཔལ་འབྱོར་གཅིག་ཏུ་བསྒྲིལ་བའི་དགེ་
མཚན་མཐོང་ཐུབ་ན། ང་ཆོའི་ཚུམ་རིག་ཐང་ཆེན་
ན་གསར་གཏོད་ཀྱི་ནམ་པ་ངང་གིས་འཕྱར་ཐུབ་
ཅིང་། འཆོ་གནས་ལ་ཐུག་ན་ཤིན་ཏུ་ཆོད་པའི་མིའི་
ནམ་དཔྱད་དེས་སྤྱི་གྲུ་གཡུག་སྟེ་དཔལ་འབྱོར་གྱི་
ཡོང་སྟོ་བྱེ་རུས། དེའི་ཆེ་མཐའ་ལ་དབྱིངས་པའི་ང་
ཆོའི་སྐྱད་ཡིག་དང་རིག་གནས་ཀྱི་གནམ་གྱ་དེ་
ང་ཆོའི་འཆོ་གནས་ཀྱི་ས་ཐོག་ལ་དངོས་སུ་འབབ་
ཐུབ་པ་རེད། མ་ཟད། སྐྱད་ཡིག་དང་རིག་གནས་
ལ་ཡར་རྒྱས་ཀྱི་ཁ་ཕྱོགས་རྟོད་ཐུབ་ཅིང་། དེ་གཞིས་
ཀའི་ཆེ་སྟོག་གི་དབུགས་རྒྱུན་ཡུན་དུ་བསྐྱིངས་
ཐུབ་རྒྱུ་ནི་གདོན་མི་ཟེམ།

མཐར་ཐོང་དུ་བྱིས་པའི་བརྗོད་བྱ་ནམས་
བསམ་སྟོ་ཞིབ་མོས་བཞེངས་སྤྱན་བྱེད་མ་ཐུབ་
ཁྱང་། མིག་དང་བསམ་སྟོ་གཞིས་ཀས་གཡས་བཞུ་
གཡོན་བཞུ་མང་དུ་བྱས་ཏེ། སྟོད་མན་པ་ཞིག་གིས་
ཤེས་རིག་དང་འཆོ་བར་བརྩོན་པའི་བར་གཤེང་

ནས་རྟག་ཏུ་ཡིད་ལ་ངན་བཞིན་པ་ཤ་སྟག་ཡིན། ད་
དུང་། ཐོང་དུ་སྤྱན་ངག་པ་དང་ཚུམ་པ་པོ་དག་གི་
ཉིས་སྟོན་སྤྱིང་བ་མཐའ་དག་བཀའ་གདམས་པའི་
གཞུང་ལུགས་ལས་“སྟོན་མཚང་ཐོག་ཏུ་པབ་པ་
ལྷ་མའི་གདམས་ངག་”ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་རང་
ཉིད་ལ་མཐོང་ཐོས་མྱོང་གསུམ་གྱི་སྟོན་ཐོབ་པའི་
བསྐྱབ་བྱའོ། མདུག་མཐར། སྤྱིར་སྤྱི་ཆོགས་ཀྱི་ཆ་བ་
ཤེས་རིག་ཡིན་ཟླ། འདིར་ཕན་གྱིས་གནད་དོན་
དེ་གལ་གནད་དུ་འདྲིན་པའི་བསམ་སྟོ་ཞིག་ཟླར་
དབྱུང་ཐབས་བྱས་པ་ཅུམ་ཡིན།

སུ་ཞིག་གིས།

མ་བསྐྱབ་མ་སྤྱང་ཤེས་རབ་དེ་ལྟར་འཕེལ།

མ་ཤེས་ཤེས་ཁུལ་རང་ཉིད་ནམ་ཀུན་འཕུང་།

བཞུ་རྒྱ་ཐོས་རྒྱ་ཆེ་མས་པ་མེད་པ་དེ།

ནམ་ཞིག་མཐའ་པར་མི་འཕྱར་སྤྱིད་པ་མིན།

མའོ་ཡིས།

ཕྱོགས་གཅིག་ཡིད་ཆེས་མགོ་བོ་ཚོངས།

ཁོན་ཀུན་མཐོང་ན་རིག་པ་གསལ།

སྤྱིན་མ་བསྐྱབ་ཏེ་བསམ་སྟོ་ཐོངས།

དེ་མ་ཐག་ཏུ་ཤེས་རབ་རྟོད།

གུས་པས།

འཛམ་གླིང་ཡངས་པོ་ཆོང་རའི་ཁོར་ཡུག་ན།

ཐམས་ཅད་ཆོང་དང་མ་འབྲེལ་ཡོད་མ་ཡིན།

སྤྱིར་གྱི་རིག་གནས་ཀུན་ལ་མཐའ་ཁྱར་ཁྱང་།

ཆོང་ལ་ཚོངས་ན་འཆོ་གནས་རིམ་གྱིས་པམ།

མཆན། 1 ༼ འདིར་ཉི་མའི་མའི་བརྒྱུམས་ཆོས་ཀྱི་མིང་པོད་ཡིག་
ནང་ཡོད་པ་ནམས་”ཟུབ་ཕྱོགས་དེང་རབས་སྤྱི་བའི་ཚུམ་རིག་
གི་དེ་གཞི་ལྟུང་།”ལས་ཐད་ཀར་བརྟན་པ་ལས་རང་བཟོ་བྱས་
པ་མིན། ༽

2 ༼ གཞིས་བཞུགས་ཤེས་ཡོན་ཅན་ཀུན་དགའ་ལགས་ཀྱིས་
བསྐྱར་གནང་བའི་”ཟུབ་ཕྱོགས་དེང་རབས་སྤྱི་བའི་ཚུམ་རིག་གི་
དེ་གཞི་ལྟུང་།” ལས་བརྟན། ༽

<<མི་རབས་གསར་བའི་རྟོག་ཁམས་ཀྱི་འཕར་ཁྲིང་>> > >བསྐྱགས་པའི་བྱུང་ཚུར།

འཛོག་ཚུམ་དཔ།

སྒྲིང་གཞི།

རང་ཉིད་དང་ཤ་འདྲེས་ཁྲག་འདྲེས་སུ་
ཐུར་བའི་མི་དང་བྱ་དངོས་གང་ཞིག་ཡིན་ཅུང་
དེ་དང་གྲེས་མི་ཐུབ་པའི་འཁྲུང་ཞེན་ཞིག་ཡོད་པ་
སྒྲོས་ཅི་དགོས། ཡིན་ཡང་ཆོས་ཉིད་ཀྱི་བདེན་པ་
ལ་སྲུང་ཀྱང་སྒྲོག་ཐབས་བྲལ། དེ་མཚུངས་སུ་ལོ་
ངོ་སྒྲོང་ཕྱག་ལྷག་རིང་བོད་མི་རིགས་ཀྱི་སྦྱིད་སྦྱག་
གི་སྒྲོ་གོས་གཏམ་གསུམ་དང་འགྲོགས་ནས་འཕེལ་
འགྲིབ་ཀྱི་ལམ་བུ་ཀྱག་ཀྱོག་མང་བོ་བརྒྱད་འོངས་
པའི་ནང་བསྟན་ཆོས་ལྷགས་དང་། དེའི་ཤྱགས་སྒྲིན་
ལས་འཕྲོས་པའི་རྟོག་གི་བའི་བསམ་སྒྲོ་དང་འདིག་
རྟོན་ལྟ་ཚུལ། མི་ཆོ་ལྟ་ཚུལ། མདོར་ན་རྟོག་གི་བའི་
ལྟ་སྒྲུབ་ཀྱིས་འདིག་རྟོན་ལ་སྒྲུགས་རི་བསྐྱོར་བའི་
རྒྱ་མཚན་གྱིས་སྒྲིས་བོ་རྣམས་ལ་དེའི་མཐའ་ལས་
བཀྲལ་བའི་བསམ་སྒྲོ་དང་སྒྲིང་སྒྲོབས་དཔེན་ཞིང་།
ད་དུང་དེ་ལ་ཞེན་ཆགས་དང་མཁྲེགས་འདྲིན་གྱི་
བསམ་སྒྲོའི་བག་ཆགས་འདོར་མི་ཐུབ་པ་ནི་ཤེས་
རིག་འཕེལ་རིམ་སྟོང་གི་ཆེས་སྒྱུར་བཏང་གི་སྒྲུང་
ཚུལ་ཞིག་རེད། གལ་སྲིད་ཤར་རུབ་གང་གི་མི་

རིགས་དང་རྒྱལ་ཁབ་གང་ཞིག་རིག་གཞུང་གསར་
རྒྱུ་གི་གདོང་གཏུགས་དང་བསམ་སྒྲོ་གསར་རྒྱུ་
གི་འགལ་སྒྲུའི་སྟོང་འཕེལ་འགྲིབ་བྱེད་པར་ཤེས་
རྟོགས་དཔེན་ཡང་དེ་ནི་གནད་འགག་ཅི་ཡང་མ་
རེད། རྒྱུང་བ་ལ་ཡུན་རིང་གོམས་པར་ཐུར་བའི་
དབང་གིས་གསར་བ་ངོས་ལེན་བྱེད་པའི་ངེས་ཤེས་
འདྲན་མི་ཐུབ་པའང་གོ་རིམ་ཞིག་བརྒྱད་དགོས་
པའི་སྒྲིན་གྱིས་ཡིན་གྱིད། སྟོན་རྒྱན་སྟན་པའག་དང་
སྟན་པའག་གསར་བའང་ཚུལ་དེ་ལས་མ་འདས་པའོ།

<༡>

འུ་ཅག་གི་ལོ་རྒྱུས་སྒྲུབ་པའི་དཔྱད་མཁས་
པ་དག་ཆོས་ལགས་ཀྱིས་“རྒྱུང་བ་ཐམས་ཅད་སྟ་
ཡི་སྟོན་དུ་བསྒྲགས། གསར་བ་ཐམས་ཅད་བདུད་
ཀྱི་འབྱུལ་དུ་སེམས། ངོ་མཚར་པལ་ཆེར་ཐན་ལྷས་
ཉིད་དུ་བསྒྲུམས། ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་ཁམས་ནི་སྟོང་ཡི་
སྟོན། འདི་ནི་ད་ལྟའི་བར་དུ་རང་རེའི་སྟོན།”ཞེས་
སྟོན་ཆོག་བརྒྱབ་པའི་སྟ་ཐིག་ལ་འདུས་ནས་སྟོང་
མ་ཐུབ་པར་ཡུན་རིང་སྟག་རྒྱས་སུ་དུས་རབས་ཉི་
ཤུའི་ལོ་རབས་བརྒྱད་ཅུའི་ནང་བྱུང་དབང་དོན་
འབྱུང་རྒྱལ་གྱིས་ཆེས་སྒྱུར་བཏང་གི་ཐ་སྟོད་སྒྱུད་
ནས་བབ་ཆགས་པའི་ཆོག་སྒྱུར་ལ་བརྟེན་ཏེ་མིའི་

དགའ་ལྷོ་ཆགས་སྒྲུབ་གི་ནམ་འགྱུར་དང་ཆེས་
ཡིད་དུ་འོང་ཞིང་མཆར་དུ་མངར་བའི་ཆོར་རྟོག་
འདྲེན་ལུས་པའི་སྒྲུབ་དག་གསར་པའི་ལུགས་ཀྱི་སྒོ་
སྒྲེགས་ཡངས་པོར་འབྱེད་དུས་<<ལང་ཆོའི་སྐབ་
ཆུའི་>>སྐབས་སྐད་དང་འགྲོགས་ཏེ་གཞིན་སྒྲིམ་མང་
པོ་ཞིག་ལུགས་གསར་བའི་རང་མོས་སྒྲུབ་དག་ལ་
ཞུགས་པར་གྱུར་བ་དེའི་ཆེ་ན། ཟུར་མཁས་པས་
ཤེས་ཡོན་ཅན་གྱིས་དེར་རབས་སྒྲུབ་དག་འབྲི།
ཤེས་ཡོན་མེད་པས་ཀྱང་དེར་རབས་སྒྲུབ་དག་
འབྲི་ཞེས་དངོས་ཡོད་ལ་ར་སྒྲོད་བྱས། ཡིན་ཡང་
ལུགས་འདིས་བོད་ཀྱི་ཚུམ་རིག་གི་ཁ་ཕྱོགས་ལ་
སྒྲུལ་སྒྲོག་ཅིག་བསྐྱངས་ཤིང་མི་རབས་ཀྱི་ནུ་བའི་
མཁེགས་འདིན་གྱི་འདུ་ཤེས་ལ་སྒྲོགས་རྩོམ་འཕངས་
བའི་སེམས་ངལ་ཞིག་ཀྱང་སྤང། སྒྲུལ་ལུགས་ཤིག་
གི་རུས་སྒྲོབས་ལ་བརྟེན་ནས་འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་ལམ་
དུ་བསྐྱོད་དགོས་པ་ནི་ཆུ་བོ་ཐུར་དུ་འབབ་པའི་
གཤེས་སྒྲུབ་པ་ལ་སྒྲུས་ཀྱང་བསྟོན་དུ་མ་མཆིས་
སྟེ།

ཐེབས་པ་དང་སྒྲུབ་སྒྲུབ་བཞེས་ནའང་། ང་ཆོའི་སྒྱི་
ཆོགས་ནང་ཤེས་ཡོན་ཅན་འབྱུར་འདྲིམས་གཏོང་
སྟེ་ལ་ཡོད་པ་དེ་ལ་ཁོང་སེམས་ལུགས་མ་ཆག་ལ་
སྒོ་ཡང་མ་སམ། འདི་ནི་མི་རབས་གསར་བའི་ཤེས་
ཡོན་པ་ཞིག་གི་སྒྲིང་སྒྲོབས་རེད། བསྐྱེད་འབྱུང་གིས་
དབྱུད་ཚུམ་འདི་སྒྲེལ་ནས་ད་ལྟའི་བར་ལོ་ངོ་ཉི་ཤུ་
སོང་འདུག ད་ལྟའི་བོད་མི་ཆོའི་བསམ་སྒྲིའི་གནས་
བབ་ལ་བསམས་ན་འདི་ལྟ་བུའི་དབྱུད་ཚུམ་ཞིག་
ལ་ངོ་མཆར་བའི་རིན་ཐང་ཆེས་ཆེར་མེད་མོད།
ལོ་རབས་དགུ་བཅུའི་སྐབས་ཀྱི་བཅན་བྱེད་སྒྱི་
ཆོགས་ཀྱི་ཤེས་ཡོན་གོ་རྟོགས་དང་རིག་གནས་ཀྱི་
ཆུ་ཆད་བྱིངས་ལ་གཞིགས་ན་འདི་ལྟ་བུའི་དབྱུད་
ཚུམ་སྒྲེལ་བའི་ཤེས་ཆད་ཡོད་ཀྱང་བསམ་སྒྲིའི་སྒྲིང་
སྒྲོབས་བསྐྱེད་རུས་པར་ཤིན་ཏུ་ནས་དགོན། དེའི་
སྐབས་སུ་ཚུམ་པ་བོ་སྒྱི་ཆོགས་ཁོད་ཁེར་རྒྱུ་དུ་
བརྟོན་པའི་སེམས་ངལ་སོགས་ནི་ཟླ་གསར་ནས་
བཅར་འདྲི་བྱས་པ་ལས་ཆོར་རུས་པས་འདིར་རྒྱས་
བཤད་མི་དགོས་པར་སྒྲུལ་སྟེ།

<ག>

<ཁ>

བོད་སྐད་ཡིག་སྟེང་གི་རང་མོས་སྒྲུབ་དག་
ཐོག་མ་<<ལང་ཆོའི་སྐབ་ཆུའི་>>བྱུང་བའི་ལོ་ངོ་བརྒྱ་
ཅུ་ཀྱི་རྗེས་སུ། གཞི་ནས་བཅན་བྱེད་སྒྱི་ཆོགས་
ནང་སྒྲུབ་དག་གསར་བའི་སྐྱོར་སྐྱེད་མཁན་ཐོག་མ་
སྒྲུ་ཞབས་བསྐྱེད་འབྱུང་རེད། ཁོང་གིས་<<མི་རབས་
གསར་པའི་སྒྲིང་ཁམས་ཀྱི་འཕར་ལྗོངས་>>ཞེས་པའི་
དབྱུད་ཚུམ་དེ་སྒྲེལ་བ་ནས་བཅན་བྱེད་སྒྱི་ཆོགས་
ཁོད་དུ་བསམ་སྒྲིའི་གོ་རྟོགས་དམན་ཞིང་རྒྱུ་ཞེན་
དང་མཁེགས་བཟུང་ཅན་མང་པོ་ཞིག་གིས་ཚུམ་
པ་བོ་ལ་དགྲོག་གཏམ་སྒྲུ་མང་གིས་སེམས་བག་མི་

བོད་སྐད་རབས་ཚུམ་པ་བོ་མང་ཤོས་ཀྱི་ཚུམ་
པ་ནམས་ཆོག་གི་མཛེས་པ་དང་ཉམས་འདྲོན་པའི་
ཆར་སྒྲོགས་ཆེ་ཡང་མིའི་སྒྱི་ཆོགས་ཀྱི་དགོས་མཁོ་
ལ་ལུགས་གཞིག་དཔེན་ཞིང་། ལུག་པར་དུ་ཡོད་
ཆད་ལྟ་ཆོས་ཀྱི་ངོ་བོར་སྒྱུར་ཞིང་རང་ཉིད་སྟོན་པ་
ལ་དང་ཞེན་ཆེ་བས་ཐམས་ཅད་དེའི་གཏུལ་བྱུར་
བསྐྱེད་བའི་ཕྱིར་བསྐྱེད་བྱེད་ནམ་པ་སྐད་དེ་མིའི་
རིགས་ལ་འདིགས་སྒྲུབ་བསྐྱེད། ད་དུང་བྱ་བ་དང་བ་
ཆོས་འཁོར་བ་ན་གནས་པའི་འགྲོ་བ་སེམས་ཅན་
ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྒྲུག་བསྐྱེད་ལ་སེལ་བར་ཁ་གཡུར་ཏེ་
རང་ཉིད་ལ་ཐར་བའི་གོ་འཕང་ཐོབ་པར་སྒྲུག་པ་

ནི་ཅི་འདྲའི་སྐྱུ་རྒྱུ་གི་བསམ་སྒྲོ་ཞིག་རེད་ཨང་།

དུང་ཁོང་ལ་དགོག་གཏམ་དང་རྟོག་སྒྲིང་བསྐངས་
པ་ནི་ཅི་འདྲའི་སྒྲོ་བ་ལའོ།

<ང>

འདི་ལྟར་མཁས་པ་ནམས་གི་བསམ་
སྒྲོར་གཉིས་ཀ་ང་ཚོ་དང་ཁ་ཐག་རིང་ཞིང་ཚོམ་
པ་ནམས་ཀྱང་དངོས་ཡོད་འཚོ་བ་དང་བར་ཐག་
བཞེད་དེ་མཁའ་དབྱིངས་ནས་ལྡིང་སྒྲོར་བརྒྱབ་
པའི་ཉེར་ལེན་གྱིས་ད་ལྟའང་དཔྱིའི་བཞེད་
དགོངས་འབའ་ཞིག་ལ་ཟུ་རྒྱུགས་བྱེད་པ་ལས་
སྒྲན་དག་གསར་བའི་རིགས་ལ་རོ་མྱུང་སྤྱན་སྤུམ་
ཚོགས་པ་བྱེད་ཤེས་པ་འདྲ་ཉུང་ཉུང་རེད། དངོས་
ཡོད་སྒྲི་ཚོགས་དང་འཚོ་བའི་བརྒྱད་རིམ་ཁྲོད་
མིའི་སེམས་ཁམས་དང་ཡིད་འགྱུར་འདྲེན་པར་
ཐུན་མིན་གྱི་བྱད་ཚོས་ལྡན་པའི་རང་མོས་སྒྲན་
དག་ཅས་པའི་ཚོམ་ལུགས་གསར་བ་འདི་བྱུང་བའི་
ལོ་ངོ་བཅུའི་རིང་། བོད་བྱི་ནང་ཀུན་ཏུ་མཁས་པ་
ནམས་གིས་ངོས་ལེན་བྱེད་པ་ལྟ་བུ། རོ་སྤང་ཅམ་
ཡང་མ་བྱས་པ་ལ་ཚོམ་པ་བོས་འདི་ལྟར། “མངས་
པ་ཞིག་ལ་ཚོམ་ལུགས་གསར་བ་འདི་ལ་ཚོམ་པ་
པོ་ནམས་སྤྱན་སྤུང་མེད་པར་འདུག་བཞིན་པ་མ་
གཏོགས་བོད་བྱི་ནང་ཀུན་ཏུ་མཁས་པ་ནམས་གིས་
དགོས་ངེས་གྱི་རོ་སྤང་མཛད་མེད། བོད་ནང་དུ་
འདིའི་ཐད་ལ་དབྱུང་ཚོམ་ཁག་བརྒྱ་ཡོད་མེད་ཀྱང་
བཤད་དཀའ། ར་སའི་བོད་གྱི་དཔེ་མཛོད་ཁང་
དུ་དེའི་སྒྲོར་ལ་བོད་ནས་སྤེལ་བའི་དབྱུང་ཚོམ་
ཁག་གསུམ་ལས་མངལ་རྒྱ་མ་བྱུང་། བཅོན་བྱོལ་
ལྷི་ཚོགས་གྱི་མཁས་པ་པལ་མོ་ཆེས་ཚོམ་ལུགས་
གསར་བ་འདི་གཏན་ནས་མ་གཟིགས་པའི་ཚུལ་
གིས་མི་སྤྱོད་བའི་བརྒྱལ་ཁྱེད་སྤྱུགས་བཟུང་ཡོད།”ཅས་གོ་
རྒྱུ་ཅན་གྱི་ཆོག་ལྷན་རྒྱ་རྒྱ་ཅན་དང་འགྲོགས་པའི་
སྤྱུགས་སྤྱུང་དུ་མ་ཤོར་ཡང་། ཚོམ་རིག་གི་མངོས་
དཔྱོད་ལྟ་བུ་བག་ལ་ཞ་བའི་མི་རིགས་འདིའི་
བསམ་སྒྲོའི་སྤང་ངོར་ཚུལ་དེ་དག་རི་ལྟར་བྱུང་། ད་

སྤྱིར་ལམ་བུ་རྒྱུང་རྒྱུང་ནང་མི་ནམས་
གིས་འཚང་ཁ་རྒྱག་ལ་ལམ་ཡངས་པར་བྱས་པ་
ན་མི་ནམས་སྤྱིད་ལུག་གི་དབང་དུ་འགོ་བ་ནི་
མིའི་རིགས་གྱི་གཤིས་ལུགས་ཤིག་ཡིན་ཡང་རིག་
གཞུང་ཞིག་གི་འཕེལ་རྒྱས་ལ་སྒྲོམ་ཆོག་དེ་ལྟ་བུ་
ཞིག་ཅི་ནས་འགྲོ། ཚོས་ལ་ཚོས་གྱི་ལུགས་སྤྱུ་
ཤེས་པ་དང་སྤྱིད་ལ་སྤྱིད་གྱི་ལུགས་སྤྱུ་ཤེས་པ།
རིག་གཞུང་ལ་རིག་གཞུང་གི་ཚུལ་དུ་ལྟ་ཤེས་པའི་
བསམ་སྒྲོ་རང་རྒྱུགས་ཅན་ཅི་ཅམ་ཞིག་མཆིས་ན་
དེ་ཅམ་གྱིས་མི་རིགས་འདིའི་ཉ་ཉུང་བསེས་པའི་
བསམ་སྒྲོའི་སྒྲོ་སྒྲོ་འབྱེད་ཀྱས། ང་ཚོས་ནམ་རྒྱུན་
མི་རབས་གསར་བ་འབྱུང་འགྱུར་གྱི་སོན་ཅ་ཡིན་
པར་རྗེད་གྱིན་ཡོད་ནའང་དོན་དངོས་སུ་མི་རབས་
གསར་བ་ལ་གོ་སྐབས་ཤིག་སྤྱད་མྱོང་ངམ། ཐ་ན་
མི་རབས་གསར་བའི་སྒྲོ་འབྱེད་བསམ་སྒྲོ་ལ་དོ་
སྤྱང་ཅམ་ཡང་བྱས་མྱོང་ངམ། དེང་སྐབས་ང་ཚོའི་
ཚོམ་རིག་ལ་ཁ་ཕྱོགས་མེད་པ་འདི་ང་ཚོ་ལ་ད་རྒྱུས་
ལ་གོ་མས་པའི་དབང་གིས་ཡིན་སྤྱིད་ཀྱང་ཕྱོགས་
གཞན་ཞིག་ནས་བཤད་ན། ང་ཚོས་ཚོམ་རིག་གི་
རིན་ཐང་གཞལ་མ་ཤེས་པའི་རྒྱ་མཆན་གྱིས་ཡིན་
ངེས། <<མི་རབས་གསར་བའི་སྤྱིང་ཁམས་གྱི་
འཕར་ལྡིང་>>གི་གད་རྒྱུངས་རིང་མོ་འདྲ་ཚུལ་དེ་
ལས་མ་འདས་པ་ནི་ཁོ་ཤོར་མྱོང་བས་བྱུང་བོ།

སྔོན་རྒྱུ་ལས་འབྲས་པའི་གཏམ་གྱི་གྲིའི་མི་ལྟ་ལ་སྦྱར་བ་མཚུ་བ་ཀེར་མ།

ཤར་སྤྱོད། (འབྲན་ཚུལ་ཨང་གཉིས་པ།)

དང་གི་དུས་སུ་མི་ཞིག་ཡིན་ཕྱིན་མཐོ་
དམན་དང་ཆེ་ཆུང་ལ་མི་སྟོས་པར། སྔོན་ཐོན་དང་།
རྒྱུ་ལས་ཞེས་དབྱེ་འབྱེད་ཀྱི་ཁྱུང་བེད་སྤྱོད་བར་
དགའ་མོད། དོན་དངོས་ལག་ལེན་ལ་བབས་ཆེ་
སྔོན་རྒྱུ་ཀྱི་ས་མཚམས་རང་རང་གི་དགའ་ཕྱོགས་
ཅམ་ལ་གཞི་བཙུག་ནས་སྤྱོད་བ་ལས། དྲང་བདེན་
ཀྱི་ལམ་བུར་དངོས་ཐོག་བདེན་འཁོལ་བྱེད་པའི་མི་
བྱ་བྱེད་ཆོད་གདའ་བས། འདིར་གནས་ལུགས་ལ་
ཐུབ་བཞེན་ཅིང་། དངོས་དོན་ལ་གཞི་བཙུག་ནས་
སྔོན་རྒྱུ་ཀྱི་དབྱེ་མཚམས་ཁུང་ཅམ་བྱེ་ན། སྔོན་
ཐོན་ཞེས་པ་ནི་རང་ཉིད་ཀྱིས་བསྐྱབ་དགོས་པའི་
བྱ་གཞག་ནམས་དུས་ལྟར་སྐྱབ་སྐྱབ་པ་དང་ལུས་པ་
ལ་བྱ་ཞིང་། རྒྱུ་ལས་ནི་དེའི་ཕྱོག་ཟླ་ཡིན། དེས་
ན་ཐུལ་པོ་གྱི་གྲིའི་མི་ལྟ་ལ་དག་པར་བཞགས་
ན། ང་ཚོར་སྔོན་རྒྱུ་ཀྱི་ཆོད་ཐིག་གདའ་སའི་གཞི་
ཞིག་མཆིས་ལ། འདི་ལྟར་གཞི་ཆུང་རྒྱུ་ལས་ཀྱི་
གལ་དུ་སྦྱང་བའི་གནས་བབ་ལ་ཡང་དེ་ཡིན་འདི་
མིན་གྱི་མཚུ་བ་མེད་པའི་ཡུལ་རྟེན་པའི་ཁར། རི་ལྟར་
རྒྱུ་ལས་ཀྱི་སྤྱོད་སྤྱོད་ཞིག་ཀྱང་སྤྱོད་ཀྱི་
རྒྱུ་ལས་བཞེན་མཐོན་དུ་འགྱུར་བར་སེམས། དེ་
ཡང་འདས་སོང་པོ་ཐུས་ལ་ཆ་མཚོན་ན་མི་ལྟ་
ཀྱི་དོན་ཆོད་བཅུ་པོ་སྐྱབས་དེའི་འགྲེལ་བཤད་པས།
ཁོང་ཉིད་ཀྱི་འདོད་འདུན་དང་སྦྱར་ནས་ཁེ་སྤོང་
སྤོང་ཆོགས་ཅམ་གྱི་དོན་དུ་བཤད་པ་སྟེ། གསལ་
པོར་བཤད་ན། བྱད་མེད་གཞོན་ནུ་མ་ཞིག་དང་།

ཆོས་ལུགས་ཤིག་སྤྱང་སྤྱོད་བྱེད་པའི་ལག་ཆ་ལྟ་
བུར་བྱས་པས། དེ་ལ་དེར་བབ་ཀྱི་དགེ་མཚན་ལས་
ལུགས་ཆུང་རིང་བའི་དོན་ཕན་ཞིག་མི་འདུག་
ནའང་། ང་ཚོའི་སྤྱོད་ཆོགས་སུ་ལོ་བས་སྤོང་
གནའ་ནས་ད་བར། རྣམ་རྟོག་གི་སྒྲེ་མོ་ཅམ་ཡང་
མ་གཏོས་པར། པར་ཤིང་གི་རི་མོ་བཞེན་ཕན་ཚུན་
གཅིག་ལ་གཅིག་དཔར་གྱིས་བྱིན་དང་འགྲོ་སྤྱོད་
ལས། དངོས་ཡོད་འཆོ་བར་སྦྱར་ཏེ་འགྲེལ་བཤད་
བྱེད་མཁན་མ་བྱུང་ལ། དེ་ལྟར་སྤྱོད་སྤྱོད་
མཁན་ཡང་མེད་ཆོད་རེད། དེས་ན་ཁོ་བོས་མཐོ་
དམན་གང་ལ་ཡང་འདྲིམ་བྱ་མ་བྱས་པར། དུས་སུ་
བབས་པའི་གཏམ་འདི། ང་ཚོའི་དེ་རིང་གི་འཆོ་
བའི་ཁ་སྐྱབས་ལ་གདོང་གཏད་ཅིང་། སྤྱོད་ཆོད་
རྒྱུ་ལས་ཀྱི་དུས་ལ་གཟས་འདུག་པ་ཅི་བཞེན་དགོད་
པར་བྱའོ།

༡ སྤྱང་པོ་ཆེའི་ལུས་སྐྱར་ཁུང་ནས་ཐོན་ཀྱང་མཚུགས་ཐོགས་པ།
ད་ལྟར་ང་ཚོའི་སྤྱོད་ཆོགས་འདིར་རང་ཉིད་
བོར་བེན་པའི་སྤྱོད་མེད་ཅ་གཟུགས་སུ་གཅིག་
གིས། དངོས་དོན་རང་ཉིད་དོ་མ་དེ་ཡུལ་གང་ཞིག་
ནས་ཡོང་སྟེ། གནས་གང་ཞིག་ལ་ལོག་དགོས་
མིན་ཤེས་པ་པར་ཞོག ཆོས་སྤྱིར་བཏང་བའི་ཁ་
སྐྱབས་བསམས་ན་དུ་འཆོར་ཞིང་། དེ་ཆོད་སྤྱོད་
འདར་བའི་ཡང་ཡི་སྤྱོད་གི་གནས་སྤངས། གཞན་
ལ་གནས་སྐྱབས་ཀྱི་གནས་ཆང་ཅམ་གལ་ཏེ་
སྤྱོད་བཞེན་པའི་འགྲོན་པོ་ཁེ་དམན་དབང་ཆུང་།
བདག་པོའི་ཁ་སྐྱབས་གཅིག་གིས་རང་ཉིད་ཀྱི་སྤྱོད་

འཕོངས་ཅམ་ཡང་རང་དབང་གིས་འཛོག་སའི་
གནས་མེད་པ་མི་ཚོར་བར། གནས་འདིར་ས་སྐྱེས་
དོ་སྐྱེས་ཀྱི་ཡུལ་མི་ལྟར་རང་གི་འབྱུང་འཁྱུར་གྱི་
མི་ཆོད་དང་། འུ་རབས་ཆ་རྒྱད་དག་གནས་འདིར་
གཏན་མེད་ཀྱི་འཆར་གཞི་འཐེན་ཞིང་། གནས་
ཡུལ་བདག་པོའི་བྱེད་སྒྲུངས་ལས་ཀྱང་བརྒྱ་འགྱུར་
ཀྱིས་རྒྱས་སྒྲོལ་བྱས་ནས། རང་ཉིད་དང་རང་ཉིད་
ཀྱི་པ་ས་སེམས་གཏིང་ནས་པོར་བའི་ཉེན་ཆ་བས་
རང་བཞིན་གྱི་བྱ་བ་ངན་པ་སྟེ། ར་བཟེ་བའི་སྐྱེ་
པོ་འདི་དག་གིས་མདོ་མེད་པའི་ངན་མཆོང་དག་
གསལ་སྟོན་བྱས་མི་འདུག་གམ།

༡ སྒྲུང་པོ་མལ་པས་སྒྲོལ་གྱི་སྒྲུང་པོ་བསྐྱེད་པ།

མཁའ་དབྱགས་མི་གཙང་བའི་སྤྱི་ཚོགས་
འདི་ནས་མི་བྱ་ཞིག་རྩེད་མགོ་བོ་མཐོ་རུ་འདེགས་
ནུས་པའི་དུས་ཅ་ན། རྒྱན་ཆགས་སུ་སྐྱུར་པའི་ལམ་
སྟོལ་བཞིན། སྤྱག་དོག་དང་ངན་མཆོང་གི་ཐལ་
འཛུབ་མིག་ལ་འདེབས་བཞིན། ཟུར་ཟ་དང་འཕྱ་
དམོད་ཀྱི་དུག་སྐྱེ་རིང་དུ་བརྒྱུངས་ཏེ། ཁོར་ཡུག་
དོག་མོ་འདིར་གནས་སུ་མི་འདུག་པར་ཐབས་བརྒྱ་
དུས་སྟོང་གིས་མི་མདོན་པའི་གནས་སུ་འབྱེན་
ཐབས་བྱེད་པ། དཔེར་ན། ཉེ་རབས་བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་
སུ་བསམ་སྟོབ་དང་། མཁས་པའི་ཆོ་སྟོན་དང་སྤྱོད་
མིག་སྒྲུངས་པ། དེར་གྱི་དུས་འདིར་ཡང་མཁས་
པ་དང་། བསམ་སྟོབ་པ། ཤེས་ཡོན་པ་སོགས་མི་གཞི་
སྐམ་ཚུགས་ཅན་དག་མཐར་སྟོད་གཏོང་བའི་ཁྲིལ་
མེད་ཀྱི་གཡོ་སྤྱོད་ངན་པ་བརྒྱུས་དང་ཚོམ་བཞིན་
པའི་སྤྱུག་པོའི་རྒྱན་སྟོལ་དག་ལ་མཇུག་མོ་དང་
ཐད་ནས་ཀེར་བ་མ་རེད་དམ།

༢ མི་གཙང་བས་བསྐྱོས་པའི་སྤྱི་ཚོགས་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་མི་
གཙང་བ་བསྐྱོས་པ།

སྤྱི་ཚོགས་རྙིང་བའི་གནས་སྐབས་སུ་དར་
སྟོལ་ཆེ་བའི་སྐྱེ་དག་དང་མི་དག་དག་དང་། ཆགས་
ཞེན་ཡོད་ཀྱང་ཞེན་སྤྱོད་གས་གོལ་བའི་སྤྱོད་ཚོངས་
པ་བྱ་གཅིག་གིས། སྤྱི་ཚོགས་སྤྱི་ཚོགས་གཙོད་དང་།
གཏོལ་གཞོན། བཤུ་གཞོག་བྱས་པའི་མི་གཙང་བའི་
རྩིས་ལུང་དང་། རྒྱ་ཁབ་ལས་གྲུ་དོག་པའི་ཁེར་རྒྱང་
བའི་བསམ་སྟོབ་འབའ་ཞིག་གིས་ཤོག་སྟེ་དང་དཔུང་
ཁག་སོ་སོར་བྱེ་སྟེ། གཅིག་གྱུར་དང་མཐུན་སྦྲིལ་
ཀྱི་མཁར་རྩོད་བཅན་པོ་རྒྱང་ནས་གཏོར་བྱེད་ཀྱི་
སྤྱོད་མཐེན་མདེལ་འཐེན་པ། དཔེར་ན། ལུང་ཆོན་སན་
ཚུན་འཐེན་འཁྱེར་གྱིས་ནང་འཁྱུག་གི་འཁོར་ལོ་
སྟོར་བ་ལྟ་བུ། ལོ་རྒྱུས་ངན་འབྱུག་དག་གིས་བཞག་
པའི་ནད་རྙིང་དག་གཅིག་ནས་གཅིག་དུ་བརྒྱུད་དེ་
བོད་བཅན་པོའི་གདུང་རྒྱུད་ཁ་ཐོར་ནུས་མེད་བཟོ་
བཞིན་པ་མིག་ནང་གི་ལིང་ཏོག་བཞིན་བྱིར་འདོན་
བྱས་པ་མ་ལགས་སམ།

༣ སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་ལ་དབང་བསྐྱེད་བྱེད་པ།
ཡུལ་བཞག་རིག་གནས་ཉམ་ང་ཞིང་རིག་
གསར་ཉག་སྤྱི་ཚོགས་སྤྱི་ཚོགས་འདིར། དགོ་ཆུན་དང་
སྟོབ་དཔོན་གྱི་མ་མཐའི་ཆ་རྒྱུན་ཏེ། གཞན་ལ་གང་
སྟོབ་པའི་སྟོབ་ཆོན་ཅམ་ཡང་མི་ཤེས་བཞིན། དགོ་
ཆུན་དང་། སྟོབ་དཔོན། མཁས་པ་སོགས་ཀྱི་ཆོ་ལོ་
རྩིས་པོ་རེར་བསྐྱེས་ནས། རིག་གནས་རྒྱང་མེད་
དུ་གཏོར་བ་ལ་མི་ཐོག་ཤིང་སྟོན་ལྟར། རང་ཉིད་
འཆོ་ཐབས་ཁོ་ནར་སྤྱུག་ཤོབ་དང་འོལ་ཆོད་འབའ་
ཞིག་གིས། ཡོད་ཆད་མགོ་སྟོར་བཏང་དང་གཏོང་
བཞིན་དུ་སྤྱི་ཚོགས་ཤིལ་པོ་ཤེས་ཚོངས་སུ་བསྐྱུན་
ཅིང་། བོད་པའི་གནའ་དེང་གི་རིག་གནས་རྒྱུས་
མིག་མེད་དུ་གཏོར་བའི་བསམ་ངན། སྤྱོད་རྒྱུལ། ལ་
ཕར་རྒྱུལ་གྱི་དམར་པོའི་གཡོ་རྒྱས་ལས་ཀྱང་གཞོད་
ཆ་བས་ཆེ་བའི་སྟོབ་གསོ་བ་བྱ་གཅིག་གིས། བོད་པ་

ནམས་སྐྱ་པ་ནས་སྐྱ་པར་འཁྲིད་ཀྱིན་པའི་ངན་
མཚང་དག་མཛུབ་མོ་རི་སྟོན་གྱིས་ཐེར་འདོན་མ་
བྱས་སམ།

༥ ཅན་དན་སྐྱ་གྱི་སྤྱིང་པོ་དང་ཤིང་པལ་བ་མགོ་སྟོམས་པ།
མིང་རྒྱལ་ལས་དོན་གནད་ལ་ལྟ་མི་ཤེས་
པའི་སྐྱ་མོངས་སྤྱི་ཚོགས་སྤྱ། རང་རང་གི་གནས་
བབ་དང་། རང་རང་གི་འགན་འཁུལ་མི་སེམས་
པར། གོ་གནས་གྱི་མིང་རྒྱལ་རེར་ཤི་འཐམ་གྱིས། ང་
སྐྱ་སྤྱ་དང་། ཆབ་སྤྱིད་པ་སོགས་ཁྲུངས་མེད་གི་
རྒྱང་འདེབས་པའི་རྒྱང་མོ་མི་ཟན་སྟོར་གཅིག་གིས།
མང་ཚོགས་གྱི་མིག་སྒར་ཡིན་མིན་དང་ཡོད་མེད་
གྱི་གར་འཆམ་སྒྲ་ཚོགས་བྱེད་བཞིན་གོ་མིང་རེས་
ཅན་རེ་ཐོབ་ཆོ། ཤེས་འཛོལ་ལྷག་བསམ་གྱིས་ཕྱག་
པའི་མི་བྱ་རོ་མ་དག་གི་གོ་བབ་ལ་ཅི་མི་སྟམ་པར།
ཆད་ལས་བཀྲལ་པའི་མགོ་འཕང་གནས་འདེགས་
གྱིས། སྟོ་ཡུལ་ལས་འདས་པའི་འུད་ཆེན་སྟོག་
གིན། ལ་སྤྱིས་སེང་ལྷགས་ཀྱིན་པའི་དཔེ་བཞིན་སྤྱི་
ཚོགས་ལ། རྟོག་བཞེས་གཏོང་བའི་ཡ་ང་ཡི་སྤྱག་
གི་གནས་ཚུལ་ནམས་ཕྱིར་སྟོག་བྱས་པ་མ་ཡིན་
ནམ།

༦ བྱ་བྱེ་གང་དང་སྤྱི་གྱི་བྱེ་གང་གཉིས་བཞེས་པ།
སྤྱ་པའི་རྩ་ལམ་ན་རོ་ཆ་ཁྲིལ་ཡོད་ཅེས་
པའི་ཐ་སྟོན་གྱི་རྩེས་ལྷུང་ཅམ་ཡང་མེད་པའི་གཡོ་
རྩས་ཅན་དག་གིས། མགོ་བདེ་དྲན་འཕྱལ་གྱིས་
ལང་མ་གོག་གི་སྤྱི་ཚོགས་འདི་ཉིད། དྲན་གཤིས་
ཅན་དུ་བསྐྱར་བ་ལ་གོམས་པའི་དགོན་པ་དང་།
སྤྱ་པའི་སྤྱི་ཁྲིད་པ་དག་གིས་ཡོང་འབབ་འབབ་
ཞིག་ལ་སེམས་ཏེ། ཁྱི་རྒྱང་ངན་འབྲེལ་གྱིས་འདས་
སོང་གི་མིང་རྒྱལ་རྩེག་པོ་རེ་དངོས་སྤྱ་རྒྱ་བ་དང་།
འཕྲོག་བཅོམ་གྱི་རྒྱབ་དཔང་བྱས་ནས། བྱ་ཡིན་
ཡང་རང་རང་གི་མངའ་འོག་ན་ཡོད་པའི་དང་

སྤྱ་མང་ཚོགས་གཉིད་དུ་བཅུག་སྟེ། ང་སྤྱ་མག་
གེ་མོའི་ནམ་ཤེས་དང་། དགོན་བདག་སྤྱི་ཚོགས་
སྤྱི་ཁྲིད་པ་སོགས་འགན་འཁུལ་འདུ་ཤེས་དང་
མི་གཞིའི་བརྟན་ཚུགས་སོགས་ཀྱན་སྤྱོད་གྱི་ཆ་
ལག་ཡོད་ཆད་དོར་ནས། མིང་གནས་རྩེག་པོ་རེའི་
སྤྱ་འོག་ན་དོན་མེད་གཡོ་ཏམ་དང་སྤྱིང་ཐོབ་རྒྱང་
རྒྱང་གིས། སྤྱི་ཚོགས་འདྲ་མིན་ན་འཁྲུབ་སྟོན་སྒྲ་
ཚོགས་བྱེད་བཞིན། དམ་ཚེས་གྱིས་དཔལ་འབྱོར་
འཚོལ་སྤྱད་བྱེད་པའི་ལྷགས་སྟོལ་ངན་པས། ཡང་
མེས་གྱིས་བཞག་པའི་བཅན་པོའི་མཚན་སྟན་དང་།
པ་མེས་ནས་དར་བའི་རྩ་ཆེན་གྱི་རིག་གཞུང་དག་
གི་མཚན་མཐོང་བཟང་པོ་སྟོ་རྒྱབ་ལ་བཞེས་ནས་
རྒྱང་ལ་བསྐྱར་ཏེ། བསམ་བཞིན་དུ་མང་གཏོར་བྱེད་
བཞིན་པར་སྤྱ་གཉེར་དང་སྤྱ་མིག་མ་བགྲད་དམ།

༧ གཙུག་ལག་ཁང་གི་ཉེ་འཁོར་ན་ཡོད་པའི་མེ་རྟོག་དང་
འབྲས་བུ་རྒྱན་པོས་འཁྲེར་བ།

བོད་པ་ཆང་གི་གོམས་སྟོལ་ལྷར་ལག་
ན་ཡོད་པའི་ལོར་བུ་རྒྱ་མཚོའི་གཏོང་རིམ་དུ་
གྲུགས་ཏེ། སྤྱིར་ཡོང་མི་ཤེས་པའི་གནས་སྤྱི་
བསྐུལ་རྩེས། གཞི་ནས་གཉིད་ལས་སང་པ་ལྷར་
འདས་ཟེན་ལ་གནོད་འགྱུར་གྱིས་རོ་འཚོར་ཞིང་སྤྱི་
བསྐྱར་ཏེ། བསྐུལ་ཟེན་པའི་ནམ་ཤེས་ལ་ཕྱིར་དྲན་
དང་སྤྱི་འབོད་བྱེད་པ་འབབ་ཞིག་ལས། དངོས་ཡོད་
འཚོ་བའི་མོར་ཁ་ན་འཁྲིལ་བའི་ཆོལ་ཞག་དྲོན་མོ་
སྤྱང་མེད་དུ་བཏང་སྟེ། འཛིག་ཉེན་གྱི་སྤྱན་ཚོགས་
ཡོད་རྒྱ་རྒྱན་པོར་བསྐྱར་ནས། དག་བོད་འཕྲས་
ཤོར་དང་རྩེས་ལྷས་ཞེས་དུ་འབོད་བྱེད་པའི་རྩེས་
ལྷས་ཡང་ལྷས་གྱི་བྱ་གཞག་དག་གས། ཡང་ན་བྱ་
བ་གང་ལ་ཡང་བྱ་བར་ཤེས་པའི་འདུ་ཤེས་དང་།
དོ་གལ་ཆེ་བའི་གནད་དུ་མི་སེམས་པའི་གནད་
དོན་འདིས། ང་ཚོའི་ཡོད་ཆད་རྒྱན་པོར་སྤྱིར་བའི་

བདེན་ལུགས་བརྗོད་པ་མ་ཡིན་ནམ།

༩ གཙང་ཞིང་ཡིད་དུ་འོང་བའི་རྒྱལ་སྐོམ་པའི་མིའི་རྗེས་
སྤྱོད་ལུགས་ཀྱང་མི་འཐུང་བ།

ད་ལྟའི་དུས་འདིར་གཉིད་ལས་མ་སང་
པའི་བོད་པ་ཆང་། གྲུ་ཡངས་དང་ཤོང་རྒྱ་མེད་
པར་ལེགས་ཉེས་དང་སྤང་དོར་ལ་ཚོངས་ཏེ། ཤེས་
ཡོན་པ་དང་ཤེས་ཡོན་པའི་དོན་གཏམ་ལ་མཐོང་
ཆེན་དང་ཅ་ཆེར་མི་འདྲིན་པར་སྤང་རྒྱུ་གིས་
དོར་བྱར་བཅིས་ཏེ། རང་རང་གི་ལམ་ཁ་རང་གིས་
བསྟུབ་པའི་ངན་རྒྱལ་ལ་བརྟེན། ལེགས་བཤད་དང་
སྤོང་གཏམ་མཐའ་དག་སྤྲེགས་སྤོང་དུ་དོར་ཞིང་།
འདྲེ་གདོན་གྱི་ངན་མིང་སྤྲོ་ཆོགས་འདོགས་པའི་
གནས་ཚུལ་ཐབས་རྒྱགས་དག་དང་། མིག་མེད་
ཀྱིས་མིག་ལྟན་འཕྱ་བའི་དཔེས་དེ་དག་གི་ཡོད་
ཆད་གདོན་དུ་བཅིས་ཏེ། ལྷབས་ཆེ་ཞིང་ཕན་ནུས་
བཟང་བའི་ཉེར་མཁོའི་དངོས་པོ་དག་སྤྲོད་དོང་
དུ་འཕེན་ཐབས་ཁོ་ན་ལ་གོམས་པའི་ཡང་བའི་
གནས་ཚུལ་མཐོང་ཆོས་མྱོང་སྤང་དུ་གྲུབ་པ་དག་
སྐད་ལུགས་ཆེན་པོས་རྒྱང་སྤོག་བྱས་པ་མ་རེད་དམ།
༩ སྤྱི་བོ་མང་པོ་སྤེ་རིས་སྤྱོད་བཅད་ནས་ཚོད་པ་བྱེད་པ།

དེ་རིང་གི་སྤྱི་ཆོགས་འདིར་དགོག་གཏམ་
ཐོས་ན་སྤྱི་གཡའ་ཤིང་། བསམས་ན་སྤྱི་འདུར་བ།
དཔེར་ན། ཆོས་ལུགས་དང་། ཆབ་སྲིད་འཁྲོག་
ཞེན་པ་སྤོར་གཅིག་གིས་བོད་མིའི་བདེན་དོན་
དང་སྤྱི་སྤྱོད་ལྷག་པོས་མ་བློན་པའམ། བསམ་བཞིན་
དུ་གཏོར་བཤིག་གཏོང་བཞིན་པ་གང་ལྟར། ང་
དབུ་ལམ་པ་དང་། རྒྱུད་རང་བཙན་པ། ཁོ་བདེན་
པའི་ལྷ་རྒྱལ་པ་སོགས་དང་། དེ་བཞིན་ང་དགེ་
ལྷན་པ་དང་། རྒྱུད་བཀའ་བརྒྱུད་པ། ཁོ་རྩིང་མ་པ།
གཞན་ཡང་ང་ཨ་མ་དོ་བ་དང་། རྒྱུད་ཁམས་པ། ཁོ་
དབུས་གཙང་པ་སོགས་དོན་མེད་ཉོག་གཏམ་དང་

ལབ་ལབ་མང་པོས། དགོས་མེད་གྱི་ཚོད་པ་སྤྲོ་མང་
བསྤངས་བར་བརྟེན། གནའ་ཕོངས་ཤིང་ད་ཡང་
འཕོངས་བཞིན་པའི་བདེན་ལུགས་ར་སྤོང་བྱེད་གྱི་
མི་འདུག་གམ།

༡༠ རས་ལུགས་ཉམས་པ་གཅིག་མི་བཙོ་བརྒྱད་ཀྱིས་ཚོད་
པ་བྱས་ནས་བཞོས་པའི་ཆོ། ཐམས་ཅད་ལ་རས་ལུགས་
ཉམས་པ་རེ་ཐོབ་ཅིང་། ཅ་བའི་རས་ལུགས་ཉམས་པར་
ཡོད་པ།

གལ་ཏེ་ང་ཆོ་ད་ལྟ་བཞིན་ཁྱོད་ཀྱིས་མི་
འདོད་ན་ཁོ་ལ་མི་འཆམས་ཤིང་། ཁོ་ཡིས་མི་ཤེས་
ན་ངས་ཀྱང་མི་ཡོང་བའི་ལྟ་བ་ངན་རྒྱལ་དག་དོར་
ཏེ། ཁ་ཡོད་ལག་ཡོད་ཀྱིས་འུ་ཆང་གི་བདེ་སྤྱོད་ལ་
བསམ་གཞིག་དང་འགྲུལ་སྤོང་བྱས་ན། རང་རང་
གི་འདོད་པ་དང་མཐུན་ཀྱང་ཆོག་ལ་མ་མཐུན་ཀྱང་
རུང་། རང་རང་གི་ལམ་ནས་རང་རང་ལ་དབང་
བའི་བདེན་པ་རེ་ཐོབ་སྟེ། མཐར་དོན་གཞིས་
བྱས་བོད་མིའི་བསམ་དོན་འགྲུབ་པའི་རེ་བ་སོ་ན་
གནས་པ། འབྱུང་འབྱུར་འཆར་བའི་མེ་ལོང་དྲངས་
མོར་འབྲེམ་སྤོང་བྱས་པ་མ་ལགས་སམ།

མདོར་ན་ད་ལྟའི་གྲུ་དོག་པའི་རྗེས་ལུས་
གྱི་འདུ་ཤེས་དག་མཆིལ་མའི་ཐལ་བ་བཞིན་དོར་
ན། གཅིག་གྱུར་གྱི་སྤྲོ་བས་ལུགས་འཕེལ་ཞིང་ཡར་
ཐོན་གྱི་མགོ་བོ་དབྱེ་ཆོག་ཆོག་དུ་ཡོད་ཅིས་བསྟན་
པར་སེམས་པས། རང་རང་གི་ས་ནས་དཀྱུལ་ཆེ་
བའི་བསམ་སྤོང་གྱི་ལ་བཏང་ནས། འབྱུར་བ་གསར་
པ་རེ་གཏང་བྱུང་ཆོད་དུང་རེ་བའི་ལྟག་མ་ཙམ་
ལུས་པར་བསྟན་འདུག་ན། གསར་རྩིང་གི་སོ་
མཆམས་འབྱེད་པའི་གནས་འདི་ནས། ཅིས་ཀྱང་
བཙོས་བསྐྱར་བྱེད་པའི་དུས་ལ་བབ་འདུག་སྟམ་མོ།

ॐ नमो भगवते वासुदेवाय ।

གལ་ཏེ་མི་རིགས་ཤིག་ལ་མཆར་སྟུག་གི་
 སྡོན་ཆ་དེ་ཅིག་ཡོད་ཐུང་ན། དེ་ནི་མི་རིགས་དེའི་
 རང་དབང་དང་གྲ་ཡངས་ཀྱི་འཆོ་བར་རོལ་བ་
 དང་། ཤེས་རིག་དང་བསམ་པའི་དཔལ་ཡོན་དར་
 པའི་དུས་ཆེགས་ཤིག འགན་འཁུར་གྱི་འདུ་ཤེས་
 དང་མཉམ་རུབ་ཀྱི་རུས་ཤུགས་སྦྱིམ་པའི་ཁོར་ལུག་
 ཅིག མ་འོངས་ཀྱི་སྟུགས་བསམ་རིང་ལ་ཁ་བཤད་
 ལག་རྟུ་ལེན་པའི་མིའི་རིགས་ཀྱི་སྤྱི་ཆོགས་ཤིག་
 ཡིན་འོས་ལ། གལ་ཏེ་མི་རིགས་ཤིག་ལ་གཟི་བརྗིད་
 ཀྱི་སྡོན་ཆ་དེ་ཅིག་ཡོད་ཐུང་ན། དེ་ནི་བསམ་པའི་
 པ་དང་སྦྱབ་པའི་པ། ཆོད་ལེན་དང་ཐོབ་ཤོར་གྱི་རེ་
 དོགས། དཀའ་སྟུག་ལ་གདོང་གཏོང་པའི་སྟོབས་
 པ་དང་། རང་རིགས་ཀྱི་“ལ་རྒྱའི་མགོ་བོ་གཞན་
 གྱི་རྒྱ་རོག་རྟུ་མི་འཛོག”པའི་སྡིང་སྟོབས་དང་
 ཆོད་སེམས་དེ་ཡིན་འོས། ང་ཆོ་གངས་རྒྱུད་པའི་

མི་རིགས་འདི་ལ་དེ་འབྲེལ་སྒྲིལ་ཆད་ཅིག་ཡོད་
ཨི་ཁྱེད་ངམ་ཟེར་བའི་དབང་དུ་བཏང་ན། འོས་
ཀྱང་ཡོད་དེ། ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་གཙང་པོའི་གཞོགས་ན་
འགྲེངས་ཏེ། རྒྱ་ལྷ་ཡིས་རྒྱ་མོའི་འགོ་བྱངས་ཐེངས་
གཅིག་ཉལ་ན། རང་རིགས་ཀྱི་རྒྱ་ཡིག་དང་རྒྱ་
ཁབ་ཀྱི་བྲིམས་ལུགས་གསར་གཏོང་། ཟུ་ཕྱིགས་ཀྱི་
ཤེས་རིག་ནང་འབྲེལ་དང་དར་སྤེལ། ཁྲང་ཨན་
རྒྱལ་སའི་མདུན་ཐང་ལ་དཔུང་དམག་གི་སྒྲར་ཆེན་
བཏབ་པ་དང་། གཞུང་ཆབ་གཞོགས་སུ་མཐོ་སྒྲིལ་
གི་རྩི་རིང་བསྐྱངས་པ་སོགས་ད་ལྟ་བུ་ན་ནའང་
ཡི་ག་སངས་པའི་བོད་བཙན་པོའི་དངོས་བྱུང་གི་
གཏམ་རྒྱུད་འདི་དག་མཐོང་ན། ང་ཚོ་ནི་ལོ་རྒྱུས་
རིང་པའི་མི་རིགས་ཤིག་དང་རྒྱ་བས་ཆེན་གྱི་མི་
རིགས་ཤིག་ཡིན་པའི་སློབས་སེམས་ཤིག་ངང་གིས་
སྦྱིན་མི་ཡོང་ངམ། འོན་ཀྱང་མ་འོངས་ཁ་བའི་
བདག་པོ་དང་། ཏུས་རབས་ཀྱི་ཚོད་ལེན་པ། མི་
རིགས་ཀྱི་སྤྱེ་ཤན་པ། བཙན་པོའི་སྤྱིང་སྤྱོབས་དང་
ལོ་རྒྱུས་མ་འོངས་ལ་ཆའི་ལག་ཏུ་བརྒྱུད་སློང་བྱེད་
མཁན་ཏེ། ཉམ་ང་བའི་མི་རིགས་ཤིག་གི་རི་སྤྱོས་
ཡོད་ཆད་ནས་ཡོད་ཆད་འཆོལ་ས་ཏུ་འབོད་པའི་

ད་ལྟ་རང་རེའི་གཞོན་རབས་ཀྱི་སྐོར་ཆོ་པལ་ཆེ་
བཞིག་མི་རིགས་མི་རིགས། མཐུན་སྦྲིལ་མཐུན་
སྦྲིལ། ལ་རྒྱ་ལ་རྒྱ། གསར་གཏོད་གསར་གཏོད། སྤྱི་
སྤྱི་བས་སྤྱི་སྤྱི་བས། སྤྱུགས་བསམ་སྤྱུགས་བསམ།
མཐུན་སྦྲིད་མཐུན་སྦྲིད་ཅེས་སྒྲིབ་ལ། དེ་དག་རེ་
རེའི་མཐུག་ཏུ་དགོས། དགོས། ཞེས་གངས་ལྟར་སྒྲིབ་
བཞིན་དུས་རབས་ཀྱི་དཀྱིགས་མཆོམས་ན། ལག་
ལེན་དང་གོམ་འགྲོས་ཀྱི་རྟོག་མགོ་མ་ཐེག་པར་
ཉད་དེ་འགྲེངས་ནས་ཡོད། "འདི་ནི་སེམས་ནང་
ལ་དཀའ་སྤྱད་གི་རང་དབང་མཚུངས་ནའང་ལུས་
ཕུང་ལ་མཁར་གཅོད་ཀྱི་ན་ཟུག་ཐེབས་མི་དགོས་
པའི་རང་དབང་ཅམ་ཡོད་པ། རང་ཚུད་བཅན་བྱེལ་
སྤྱན་ཟླ་"མ་གཞི་ད་ལྟ་ནི་དཔལ་འབྱོར་ཀྱི་དུས་
རབས་ཤིག་འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་དུས་རབས་ཤིག་སང་
རྟོགས་ཀྱི་དུས་རབས་ཤིག་བསམ་གཞིག་གི་དུས་
རབས་ཤིག་གསར་གཏོད་ཀྱི་དུས་རབས་ཤིག་རང་
རྒྱལ་ཀྱི་དུས་རབས་ཤིག་ཤེས་རིག་གི་དུས་རབས་
ཤིག་ཡིན་ལ། བྱེ་བྲག་བོད་མི་རིགས་ལ་མཆོན་ན་
སྤང་སྦྱོབ་ཀྱི་དུས་རབས་ཤིག་ཚྱོད་ལེན་ཀྱི་དུས་
རབས་ཤིག་ལག་ལེན་ཀྱི་དུས་རབས་ཤིག་ཐབས་
མཁས་ཀྱི་དུས་རབས་ཤིག་ཏུ་འང་སྒྲེབས་ནས་ཡོད།
དུས་རབས་ཀྱི་ཁྱུག་སོ་འདི་འདྲ་ཞིག་ནས་ད་དུང་
ང་ཚོས་"རྟིང་པ་ཐམས་ཅད་ལྟ་ཡི་སྒོལ་དང་གསར་
པ་ཡོད་ཆད་བདུད་ཀྱི་འཕུལ་དུ་མི་སེམས་"པར་
གསར་རྟིང་གང་ཞིག་ཡིན་ཅུང་པན་ཐོགས་ངེས་
ཅན་རེ་ཡོད་ན་དང་དུ་ལེན་པ་དང་པན་ཐོགས་
མེད་ན་འདྲོར་བ་ལ་ཆགས་ཞེན་གྱིས་པངས་
སེམས་འཆོར་དགོས་དོན་འདུག་གམ། འདི་པ་
མེས་ནས་ཡོད་པའི་ལུགས་སྒོལ་རེད། དེ་ཡང་མེས་
ནས་བརྒྱུད་པའི་གོམས་གཤིས་རེད་ཅེས་ཚྱོད་ཅིང་
ཆོམས་ནས་ཡོད། ད་ལྟ་ད་དུང་ཡང་"ན་ལ"གཉིས་
དེ་ཉིད་ལ་འདུག་མིན་དང་སྤྱུ་རུ་པའི་འཇུར་

བྱག་དངོས་ཡིན་མིན་ལ་"སྤྱི་སྤྱི་དང་སི་དུ། ཞ་ནམ་
པ་"གསུམ་ཀྱི་འདྲོད་ཚུལ་མི་མཐུན་པ་ལྟ་བུ་སོགས་
ནམ་ཡང་ཐག་ཆོད་དུ་མེད་པའི་ཚྱོད་ཤགས་རེའི་
མཐུག་སྐྱོང་བཞིན་ཐོད་པ་ལས། སྐབས་བབ་བོད་
སྐད་ཡིག་བྱིངས་དང་མཐུན་ལ། བོད་ཀྱི་བརྟན་སྦྱོང་
ཀྱི་དགོངས་དོན་བཞིན་འབྲི་སྒྲིག་བཤད་གསུམ་
ཐུབ་པའི་དྲངས་གཅོད་གི་ཁོར་ལུག་ངེས་ཅན་
ཞིག་སྤྱོད་པའི་འདུ་ཤེས་འཁྲུངས་ན་དོན་སྤྱིང་རེ་མི་
ཆེ་ཨང་། སྒོ་བ་གྲ་ཁག་ལ་མཆོན་ནའང་ཤེས་ཀྱང་
ཆོག་མ་ཤེས་ཀྱང་རུང་པན་ཐོགས་ལྷག་པོ་གང་
ཡང་མེད་པའི་ཚྱོད་ཤགས་འགྲེད་མཆོམས་རེ་ཞིག་
བརྒྱར་ཏེ། མཁས་དབང་"ཉན་བྱལ་མཁྱེན་རབ་འོད་
གསལ་ཀྱི་སྤྱུ་རྟགས་"ལྟ་བུ་སྒོ་བ་གཞིར་བཞག་
སྟེ་སྤྱང་བཙོན་བྱས་ན་དོན་དངོས་ལག་ལེན་ལ་
པན་ཐོགས་དེ་མི་ཆེ་གང་། སྤྱར་ཡོད་གཞུང་ལུགས་
ཀྱི་འགྲེལ་ལ་འགྲེལ་བ་བྲིས་ཏེ་འགྲེལ་བའི་རི་བོ་
བཟེགས་པ་ལས། བོད་ཡིག་གཅིག་ཤུའི་ཐོག་ནས་
རྒྱས་ལོན་མི་ཐུབ་པའི་དེང་རབས་ཀྱི་དགོས་མཁོའི་
ཤེས་བྱ་དག་བོད་ཡིག་ཏུ་པབ་རྒྱར་གྱིས། ཆོད་
མཐོའི་རིག་གནས་ནང་འདེན་བྱ་རྒྱ་ནི་ད་ལྟའི་མི་
རབས་ཀྱི་འོས་འགན་དུ་སོང་ཡོད། སྒོ་བ་སྤྱོད་གི་
ཐད་ནས་བསམས་ན་ང་ཚོས་དབྱེན་ཡི་སྤྱོད་། ལོ་
རྒྱས་སྤྱོད་། སྤྱན་དག་སྤྱོད་། བརྟན་སྤྱོད་། ལྟ་
ཆོས་སྤྱོད་། སྒོ་བ་མས་ཆང་མ་སྤྱོད་ལ་དགེ་ཆན་
གྱིས་ཆང་མ་སྒོ་བ། རེད་དེ། ང་ཚོས་ཆང་མ་ཤེས་
མེད་ལ། སྤྱུས་ཆད་ངེས་ཅན་ཞིག་དེ་བས་ཤེས་མེད།
ཆང་མ་འོལ་སྤྱིལ་ཅམ་དུ་ལུས་ཡོད། དགོས་དགོས་
ཀྱི་སྤྱོད་སྤྱོད་མང་པོས་མི་ཆེ་ལ་བཞི་ཤད་མི་འཐེན་
པར་རང་གང་ལ་སྒོ་ཞིང་མོས་པའི་རིག་གནས་
ཤིག་བདམས་ཏེ། རིགས་གཅིག་རྒྱང་འདྲིན་དང་
ཆེད་སྤྱོད་། ཞིབ་འདུག་གི་ཁ་ཕྱིགས་སྤྱོད་སྤྱོད་
ན་ཅི་མ་རུང་ཨང་། དེ་ལྟར་མ་བྱུང་ཡང་རང་གིས་

གང་ལ་སྤྱད་པ་ལེ་རིག་གནས་དེ་ཉིད་སྤྱི་ཞིག་གི་
མདུན་དུ་སོང་ནས་ཤེས་སྒྲུབ་ཀྱི་སྒྲོལ་གདེང་
ཞིག་ཉིད་པ་བྱུང་ན་སྒྲོལ་སྤྱོད་གི་འབྲས་བུ་ཐོན་
པ་ཡིན་ལ། རང་ཉིད་ཀྱི་མི་ཆོ་དོན་ལྷན་དང་གཟི་
བརྩེད་དུ་འདུག་པའི་ཆོས་ཀྱི་མི་རབས།

ཤེས་རིག་གི་འདྲེན་གྱི་མི་རབས།

རི་ཆུ་གོ་མ་ལ་གཞུང་པའི་འགྲུལ་བཞུད་
ཀྱི་དུས་རབས་ནས་ང་ཆོའི་མེས་པོ་དག་རིག་རྟོག་
སུ་ཡོད་ལ། དཀའ་སྤྱད་གི་གོ་རིམ་མང་པོ་ཞིག་
བརྒྱུད་དེ་སྤྱོད་ཆེན་གྱི་ཤེས་རིག་ནང་འདྲེན་བྱས་
ཡོད། སྤྱོད་ཆེན་གྱི་མེས་པོ་མཆོག་རྟོགས་པའི་
སྤྱོད་ཆེན་གྱི་ནས་ད་ལྟའི་བར་ང་ཆོ་ལ་དོན་དམ་
ཀྱི་མཁས་དབང་དང་། སྤྱོད་ཆེན་གྱི་མི་སྣ་བྱུང་
ཁྱོད་ངམ་ཞེ་ན། རོ་མ་རྩི་ཆིག་དེ་ནི་ངའི་གཤེད་མ་
ཅུ་སྤྱང་འོང་ལ། ཟུག་ན་མིག་བྱུང་གི་མཆི་མ་ཤམ་
ཤམ་དུ་བཞུར་འོང་། རོ་མ་བཤད་ན་དུས་ཆིགས་
དེ་ནས་ད་ལྟའི་བར་དོན་དམ་གྱི་མཁས་དབང་
དང་། སྤྱོད་ཆེན་གྱི་མི་སྣ་མ་བྱུང་བ་མིན་པོད།
ཁོང་ཆོས་རང་མི་རིགས་ཀྱི་ཆེད་དུ་མགོ་བོ་དུ་གྱེ་
ཁྱོད་ལ། རུལ་ཆུ་གཏོར་ཁྱོད་། ལ་ལྟང་བཟུལ་ཡོད་
ལ། སྒྲོས་བྱང་བྱས་ཡོད། ཤེས་རིག་སྤྱད་པ་ཡོད་
ལ། རྩི་མ་ཡིག་བྲིས་ཡོད། རེད་དེ། མཐའ་མཆོག་
གི་མཁ་ཁ་ནི་ཁོ་ཆོ་རང་ཉིད་ཀྱིས་འབྱུང་དགོས་
ཁེལ་ཡོད། ཁོ་ཆོ་སྤྱོད་གདེང་ཅུ་མ་གང་ཁྱེད་ནས་བྱུང་
སོང་། ཁོ་ཆོ་ནི་རང་མི་རིགས་ཀྱིས་བསམ་གཟུངས་
ནས་ཐིམ་འོང་མེད་པའི་འཕྲང་ལམ་དུ་བརྒྱུད་ས་
བཞག་པ་རེད། དྲིན་ལན་ལོག་བཅུལ་བྱས་པ་རེད།
ཁོ་ཆོ་ནི་ངའི་དྲན་ལུལ་ནས་ནམ་ཡང་ཡལ་དུ་མེད་
པའི་“མཁས་དབང་དགོ་འདུན་ཆོས་འཕེལ་དང་
དཔལ་དོན་གྱུབ་ཆུལ་”རྣམ་པ་ལྟ་བུ་རེད། ད་དུང་
མཆོམས་འདི་ནས་ཆེས་དགའ་དུང་གི་མིག་ཆུ་ཤམ་
ཤམ་བཞུར་བཞིན་དྲན་འོང་བ་ནི་དཀའ་སྤྱད་ཀྱི་ལ་

ནམ་ཡང་མགོ་བོ་སྤྱོད་མ་ཁྱོད་ཞིང་། བསམ་མོད་
པ། བཤད་མོད་པ། ཁ་བཤད་ལག་དུ་ལེན་མོད་ལ།
“སྤྱོད་ཆེན་གྱི་སྤྱོད་ཆེན་འབྱེད་བསམ་སྒྲོལ་”ལར་ཞེན་
དང་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་ཆེན་མཐོ་ཞིང་འགྲུར་
མེད་ཀྱི་ལྷ་གྱུབ་ཡོད་པ། ཅི་ལ་ཐུག་ཀྱང་རང་ཆུགས་
འཆོར་མ་ཁྱོད་ལ། ནམ་ཡང་ཨ་ཐང་ཆད་མ་ཁྱོད་
བའི་དཔའ་བོ། དོན་དམ་གྱི་མཁས་དབང་། སྤྱོད་
ཆེན་གྱི་སྤྱོད་དཔོན་“འབའ་པ་སྤྱོད་ཆེན་གྱི་དབང་
ཆུལ་”རེད། ཁོང་ནི་སྤྱོད་ཆེན་ཆུལ་ཁབ་ཅིག་
གིས་གཏའ་ནས་མནན་གྱང་མ་འོན་ལ། མི་ལོ་བཙོ་
བརྒྱུད་ཀྱི་བཙོན་ཁང་འཛམ་གླིང་ན་སྤྱོད་ཆེན་
ཆོན་རིག་གི་སྤྱོད་དཔོན་འཕྲོན་སའི་སྤྱོད་གཉེར་
ཁང་དུ་བསྐྱུར་པའི་གངས་རིའི་དཔའ་བོ་ཁོང་རྒྱང་
ཞིག་རེད། དོན་གྱང་མི་རིགས་ཤིག་གི་ལས་དབང་
གི་ཆེད་དུ་དཀའ་སྤྱད་ཅི་ཅམ་ཁྱོད་བ་དང་ཆོ་སྤྱོད་
གཏའ་མར་བཞག་པའི་སྤྱོད་བྱང་ཅི་ཅམ་གནང་
ཡོད་པ་ཆོར་མཁན་ཏུ་ཅང་ཁྱོད་། དྲིན་ལ་དྲིན་དུ་མི་
ཆོར་ཞིང་ལེགས་ཉེས་དང་དཀའ་ནག་ཤར་འབྱེད་
ཀྱི་སྤྱོད་ཆེན་ཆུལ་ཁབ་ཀྱི་བྱ་གལ་ས་དོག་པའི་ཅོལ་
ཆུང་འགའ་རེས། ཁོང་ལ་ཆུལ་ཁབ་དང་མི་རིགས་
འཆོར་མཁན་གྱི་ལྷ་མོ་གཡོག་བཞིན་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་
ཉེས་ཅན་མི་སྣ་ཅུ་བྱང་གི་ཡོད། ཁོང་ལ་ལྷ་མོ་
གཡོག་མཁན་གྱི་གུལ་ན་མཁུགས་འཛིན་དང་
ཆོངས་ཞེན་ཅན་ཡོད་ལ། ཤེས་ཡོན་པ་ཡིན་ཟེར་
མཁན་དང་སྤྱོད་ཆེན་མཁན་ཡང་ཡོད། དེ་དག་གིས་
ཁོང་འོ་ཤེས་མེད། དོན་དུ་རང་ཉིད་རོ་མ་ཤེས་པ་
དང་རོས་མ་ཟེན་པ་མིན་ནམ། ང་ཆོ་ལ་མི་རིགས་
ཀྱི་ལས་དབང་མཁས་མཁན། ཤེས་རིག་དར་སྤེལ་
དང་ནང་འདྲེན་བྱེད་མཁན་ཡོད་ཀྱང་མིར་བཅི་ཡི་
མེད། མིར་འཛིན་གི་མེད། མཐོང་གི་མེད། ད་ལྟར་
ཆོས་སྤྱོད་ཆེན་གྱི་མི་སྣ་ཁོ་ཆོ་ལྟར་ཤེས་རིག་ནང་
འདྲེན་གྱི་ལས་དོན་མ་འཛིན་ནའང་མིག་སྤེལ་ཤེས་

རིག་སྤྱོད་སྤྱོད་ཀྱི་རྩ་ལ་ཐུག་ཡོད། འོན་ཀྱང་
དུང་དེ་ལས་སྤྱོད་སྤྱོད་རྩེ་ཆེ་མདོག་ དེའི་
ཡངས་མདོག་ གུ་ཡངས་མདོག་ བསམ་གཞིག་ཆེ་
མདོག་ ལྷག་བསམ་དཀར་མདོག་ སྤྱོད་ལས་ཀྱང་
མཁས་མདོག་ སྤྱོད་ཀྱང་མ་འདོན་པ་འདོན་མདོག་
སྤྱོད་མཁས་ཀྱི་རིགས་ཤིག་གིས་ཤེས་རིག་གི་འདྲེན་
ཀྱི་ལས་དོན་སྤེལ་བཞིན་ཡོད། ལ་ཐུག་གིས་བཤད་
ན་དུ་ལྷ་ནང་ཆོས་དབྱིན་ཡིག་ལ་ཕབ་སྦྱར་ལས་
རིམ་གྱི་སྤྱོད་ཀྱང་སྤྱོད་ལ་འདི་འདྲ་རེད། ལས་རིམ་
འདི་ཅིའི་ཕྱིར་སྤྱོད་ཀྱང་ཞིག་ཏུ་ཆགས་སོང་བ་རེད་
ཅིན། ང་ཆོས་མི་རིགས་ཀྱི་ཆེ་སྤྱོད་ཏུ་འབོད་པའི་
སྤྱོད་ཡིག་གི་རྩམ་ཤེས་ནང་ཆོས་ལ་ཐེམ་ནས་ཡོད་
པས་རེད། མི་རིགས་གཞན་གྱིས་བོད་ཡིག་ལ་དོ་
སྤྱོད་ཀྱི་འདུག་ཅེས་སྤོབས་པ་མཐོ་མདོག་དང་
ང་རྒྱལ་ཆེ་མདོག་ མི་རིགས་གཞན་གྱིས་བོད་ཡིག་
ལ་དོ་སྤྱོད་ཀྱི་པས་བོད་ཀྱི་སྤྱོད་ཡིག་ཡང་དག་
དང་རིན་ཐང་གཞི་ནས་རྟེན་གྱི་ཡོད་པ་ལྷར་བྱེད།
མི་རིགས་གཞན་གྱིས་བོད་ཡིག་ལ་དོ་སྤྱོད་ཀྱི་
པ་ནི་བོད་ཀྱི་སྤྱོད་ཡིག་སྤྱོད་དགས་པ་དང་བདེ་
དགས་པ། བོད་ཀྱི་སྤྱོད་ཡིག་ལ་ཤ་ཆ་དང་དྲུང་ཞེན་
ཆེ་དགས་པས་ཡིན་ནམ། སོམས་དང་། སོ་ཆོས་
བོད་ཡིག་སྤྱོད་པ་ནི་ནང་ཆོས་ལ་ཞིབ་འདུག་དང་
རྒྱས་མང་འཕྲོང་ཆེད་རེད། ཤེས་རིག་ནང་འདྲེན་
བྱེད་ཆེད་རེད། ལྷ་རིག་དབྱིན་ཡིག་ལ་ཕབ་སྦྱར་
ཐེན་ཆེ་འདི་འདྲའི་དགའ་མོས་དང་འདི་འདྲའི་དོ་
སྤྱོད་ཀྱི་དམ། འདི་ནི་རང་ལ་འགོད་དགོས་པའི་
དེ་ཉགས་ཤིག་རེད། མཆོམས་འདི་ནས་ནམ་ཞིག་
ཉམ་རྒྱུ་བའི་མི་རིགས་འདིའི་སྤྱོད་ཡིག་གི་སྤྱོད་
སྤྱོད་དུ་ལྷའི་ལེགས་སྦྱར་གྱི་གནས་རིམ་དུ་མི་སྦྱར་
བའི་སྤྱོད་འདུན་ཡང་ཆབས་ཅིག་འདེམས།

གཏམ་རྒྱུད་ལ་འཐེམ་ཉེན་ཆེ་བའི་ལྷག་དཀར།

ད་ལྟ་ང་ཆོས་བདུན་ཐུག་གཅིག་གི་རིམ་
གཟུང་ལྷག་པ་ནི་ཆེས་དམིགས་བསམ་གྱི་དམིགས་
བསམ་དུས་ཆེགས་ཤིག་ཏུ་ལྷ་བཞིན་ཡོད། ལྷག་
དཀར་བཅེ་སྤྱོད་ཀྱི་དམ། ལྷག་དཀར་རིམ་དམ་བྱེད།
ལྷག་དཀར་བྱས་སྤྱོད་ཀྱི་དམ། ལྷག་དཀར་དགོང་
ཆོགས་འཆོག་ ཉེན་འདི་དག་གི་རིང་ལ་ང་ཆོས་
བོད་སྤྱོད་སྤྱོད། བོད་སྤྱོད་གཙང་མ་སྤྱོད། བོད་ཡིག་
འབྲི། བོད་ཡིག་དག་མོ་འབྲི། བོད་ཟས་ཟ། རྩམ་
པ་ཟ། བོད་ར་འཐུང་། བོད་ལྷ་སྤྱོད། བོད་གཞས་
གཏོང་། བོད་སྤྱོད་ལེན། ཕ་ཡུལ་གྱི་ཕ་མ་སྤྱོད། སྤྱོད་
ལུ་མིང་སྤྱོད་སྤྱོད། གངས་རི་སྤྱོད། རྩ་ཐང་སྤྱོད།
འབྲི་གཡག་སྤྱོད། ལྷག་བྱས་སྤྱོད། ལས་དབང་དམ།
གནས་བབ་དམ། བཅོན་པོའི་ལོ་རྒྱུས་དམ། མ་
འོངས་དམ། ལོས་ཀྱང་ཡིན་ཏེ། འདི་ནི་རྒྱལ་བའི་
སྤྱོད་གཟུང་ཡིན་ལ། མནར་གཅོད་ཀྱི་རྒྱུ་ཐུགས་རི་
ལྷར་བཅོན་རུང་དཀར་སྤྱོད་སྤྱོད་དཀྱའི་འོག་ནས་
དཔལ་མ་ཞུམ་པར་གཞིས་ལུས་བོད་མིས་སྤེལ་བའི་
ལས་འགུལ་རེད། དུང་སྤྱོད་གཡའ་ཞིང་འདིགས་
སྤྱོད་རུང་བའི་དུས་ཆེགས་ཉེས་སྤྱོད་བརྒྱུད་ལོར་དར་
འགོ་ཆུགས་པའི་རྒྱབས་ཆེའི་བྱ་འགུལ་རེད། འདིས་
ནི་ཡུལ་སྤོལ་གོམས་གཤིས་ཀྱི་རང་དབང་མེད་
པ། སྤྱོད་ཡིག་རིག་གནས་ཀྱི་རང་དབང་མེད་པ།
བཟའ་རྒྱ་ཡོད་ཀྱང་ཟ་དབང་མེད་པ། གོན་རྒྱ་ཡོད་
ཀྱང་སྤྱོད་དབང་མེད་པ། འགོ་སྤྱོད་ཀྱི་རང་དབང་
མེད་པ། རང་མི་རིགས་དང་རིག་གཞུང་། ཡུལ་སྤོལ་
གོམས་གཤིས་ལ་བཅེ་བ་དང་དྲུང་བ་སྤྱོད་ཐབས་
མ་སྤྱོད་བར་དེ་དག་རྒྱུ་འདིན་དང་། དེ་དག་ལ་
སྤྱོད་འདོད་རི་ལྷར་ཆེ་རུང་དེ་ལྷར་དགའ་བའི་རྩམ་
འགྱུར་ཅམ་སྤྱོད་པ་ལའང་རང་དབང་མེད་པའི་
གོ་རིམ་དུ་སྤྱོད་ལས་ནས་ཡོད་པ་མཆོན་གྱི་ཡོད། ཅི་
འདྲའི་རང་དབང་མེད་ཀྱང་རང་རིགས་ཀྱི་སྤྱོད་
མིན་ཆ་ལུགས་གོམས་སྤོལ། སྤྱོད་ཡིག་རིག་གཞུང་།

ལ་དྲུང་པའི་ཟབ་ཚད་མཚོན་གྱི་ཡོད། མདོར་ན་མི་
རིགས་ཤིག་གི་སྒྲིག་རྒྱུ་ལས་དབང་ཞིག་མཚོན་
གྱི་ཡོད། འདི་ལྟར་སྒྲུབ་ས་ཆེ་ཞིང་དོན་སྤྲོད་ལྡན་
པའི་བྱ་འགུལ་ཞིག་གི་མཚུགས་སྒྲིང་བ་དང་། བཅི་
སྒྲུང་བྱེད་པ་ནི་དངོས་གནས་གནི་བཅིང་དང་དོན་
སྤྲོད་ལྡན་པ་ཞིག་རེད་ལ། ཅི་འདྲའི་འོས་པ་ཞིག་
ཀྱང་རེད་ཨང་། འོན་ཀྱང་བདག་ནི་འདིའི་ལས་
དབང་ལ་སེམས་ཁུལ་ཆེ་ཞིང་། འདིའི་ཆེ་སློག་ལ་
སེམས་ཁུར་ཡང་ཆེ་སྟེ། འདིའི་ལས་དབང་དུ་
ཁུལ་དུ་འགྱུར་ཉོན་འདུག འདིའི་ཆེ་སློག་གཏམ་
རྒྱུད་ལ་འཐེམ་ཉོན་འདུག ལྷག་དཀར་ལས་འགུལ་
ཀྱི་ཆེ་སློག་རྟེན་ནས་ཡུན་རིང་སོང་མེད་ནའང་
དང་པོ་དར་བའི་ཆེ་སྒྲུབ་ཀྱི་སྒྲུང་ཚུལ་དང་ཆོར་
བ་ལྟར་ད་ལྟ་མཐོང་རྒྱ་ཉུང་། མ་གཞི་ནས་དུས་རྒྱུན་
དུ་རང་ཉིད་བོད་རིགས་ཡིན་པའི་འདུ་ཤེས་དང་
བོད་མི་ཡིན་པའི་ལར་ཞེན་མེད་ན་ལྷག་དཀར་
ནི་ལྷག་དཀར་རང་སྟེ། བདུན་རེའི་ནང་གི་རེས་
གཟུང་ལྷག་པ་ནི་ཉོན་དཀར་ཉི་མ་གཅིག་གི་དུས་
ཡུན་ཅུང་རེད། མི་ཞིག་ལས་དུ་སྒྲིང་ཆེ་པར་བྱུགས་
ནས་ཚུར་ལ་ཐོན་འོང་བའི་བོད་རྒྱལ་གྱི་མཁའ་
ཀྱི་པོ་སར་ཞིག་ལ་ཐུག་སྐབས། བྱོད་ཀྱིས་བོད་རྒྱལ་
གྱི་དོན་ཅི་ཡིན་ཞེས་སེམས་ལ་ལྷག་དཀར་མིན་
ནམ་སྟུམ་བཞིན་འདི། དེ་རིང་ལྷག་དཀར་མིན་
ནམ་ཞེས་ལན་འདེབས། ཨོ་་་་་ས་ཆོར་མ་སོང་།
ཡིན་ན་ངས་ཀྱང་བོད་རྒྱལ་ཞིག་གྱི་དགོས་འདུག་
ཅས་ངོ་མདོག་རྒྱང་དམར་པོར་གྱུར་ཏེ་སྒྲིབ་བར་བྱེད།
འགའ་རེས་དེ་རིང་ལྷག་དཀར་ཡིན་པས་བོད་ལྷ་
གྱི་དགོས་ཞེས་གྱིན་པར་བྱེད། ལ་ལས་སང་ཉོན་
ལྷག་དཀར་ཡིན་པས་ཞེས་དེ་རིང་ནས་བོད་ལྷ་
དང་བོད་རྒྱལ་གྱི་སྒྲིག་བྱེད་ལ། ལྷག་དཀར་ཉོན་
ཀྱི་དགོང་མོར་སྟེབ་དུས་ད་ལྷག་དཀར་ཆོར་སོང་
ཞེས་དུས་ཆེན་གྱི་འཁྲབ་སྟོན་ཞིག་མཚུགས་བསྐྱེལ་

བ་ལྟར་བོད་ཆས་སྟེབ་ཅིག་རྒྱག་པར་བྱེལ། དེ་རིང་
ལྷག་དཀར་ཨེ་རེད་ཅེས་འདྲི་མཁན་ཡོད་ལ། དེ་
རིང་ལྷག་དཀར་ཡིན་པ་བཅིང་སོང་ཟེར་མཁན་
ཡོད། ལྷག་དཀར་ཡིན་པས་བོད་རྒྱལ་ཅུང་ཙམ་ཞིག་མ་
གྱིན་ན་ངོ་ཆོ་ཡོང་ཞེས་སེམས་ལ་དྲན་མཁན་ཡོད་
ལ། ཁ་ནས་དངོས་སུ་སྒྲིབ་མཁན་ཡང་ཡོད། རེས་
གཟུང་ལྷག་པ་སྟོན་མ་ལ་བོད་ཆས་གྱིན་ཀྱང་ལྷག་
དཀར་རྗེས་མའི་སྐབས་སུ་མ་གྱིན་མཁན་ཡང་མང་
པོ་མཐོང་རྒྱ་ཡོད། སྒྱིར་ན་བོད་ལྷ་དང་བོད་རྒྱལ་
གྱི་མ་གྱིན་ཅུང་ཙམ་ནི་གལ་ཆེན་དང་འགག་གནད་
ཅིག་མིན་ནའང་། དེ་དག་ལས་ང་ཆོས་མཐོང་ཐུབ་
པ་ནི་ང་ཆོ་ལ་ངོ་ཆའི་འདུ་ཤེས་ཅུང་ཙམ་ལས་ལྷག་
དཀར་གྱི་འདུ་ཤེས་མེད་པ་དང་། ལྷག་དཀར་གྱི་
དམིགས་ཡུལ། ལྷག་དཀར་གྱི་མཚོན་དོན་ཆོར་གྱི་
མེད་པ་དེ་རེད། དེས་ན་འུར་འདྲོགས་ཅུང་ཙམ་མིན་
པར་དོན་དམ་གྱི་ལྷག་དཀར་ཞིག་བཅི་སྒྲུང་ཐུབ་
པའི་རེ་བ་དང་འདུན་མ་ཅི་འདྲའི་མི་ཆེ་ཨང་། བོད་
ནང་དུ་རང་ལུས་མེར་བསྟེགས་ཀྱི་ལས་འགུལ་
གནས་སྐབས་ལྟ་བུ་ལ་མཚོན་ན། དང་ཐོག་ང་ཆོར་
མིག་རྒྱ་མོད། བ་བྱག་དྲག་ངོ་མདོག་ཤོར། རྒྱག་ཡུས་
ཆེ། ཆོར་ཤུགས་ཆེ། རང་ལུས་མེར་བསྟེགས་ཀྱི་ལས་
འགུལ་ད་ལྟ་ད་དུང་སྒར་ལྟར་གནས་ནའང་། ད་ལྟ་
ང་ཆོར་ན་བྱག་ཡལ་གྲབས། མིག་རྒྱ་འཆད་གྲབས།
ཆོར་བ་འཇགས་གྲབས། རྒྱག་ཡུས་སངས་གྲབས་
བྱེད་པའི་སྒྲུང་ཚུལ་འདིས་ཀྱང་ང་ཆོའི་སེམས་ནང་
གི་འདུ་ཤེས་དང་རང་ཚུགས། ལར་ཞེན་དང་བྱི་
ཐག་ལ་འགྲེལ་བཤད་ཅིག་རྒྱག་གི་མི་འདུག་གམ།
མཚམས་འདི་ནས་ལྷག་དཀར་གྱི་ཆེ་སློག་གཏམ་
རྒྱུད་ལ་མི་འཐེམ་པའི་སྟོན་འདུན་དང་ཆབས་ཅིག་
བྲེལ་སྟེབས་ཀྱིས་རེ་ཞིག་མཚུགས་བསྐྱེལ་པ་ཡིན།



དམ་པུགས་ཀྱི་སེམས་འབྲིན།

བསྟན་འཛིན་རབ་རྒྱས།

མི་ལམ་སྤོང་གིས་རེ་སྟེག་བསམ་བཞིན་རེ་སྟེག་ཁྱི་ཁྱུག་མང་དུ་བྱས།
 མཛེས་སྟེག་སྤོང་གི་ལང་ཆོ་མཛོན་པས་སྤོང་ཁོང་དབྱས་ཀྱི་མེ་ཉོག་བཞད།
 བཙེ་བའི་ཞིང་སར་སྤྱིད་དུ་བསམ་བཞིན་བཙེ་དུང་ས་བོན་བཏབ་འགོ་ཚུམ།
 ས་ལུང་མ་འཕྲོད་འཁྱུར་ཕྱོག་བཙན་པས་བཙེ་བས་རིངས་གྲོགས་རྒྱུད་དུ་ཆས།

སྤོང་གཏམ་རྩོན་མོ་རེ་བཞིན་དན་པས་བྱིར་དན་ཡུལ་གྱི་སྤང་སྤྱིད་འཆར།
 བག་འཇམ་གཤིས་སྤྱོད་ཀུན་གྱིས་སྤོང་བས་སྤོང་བསམ་ནམ་གཡེང་མཁའ་རུ་འཕྱོ།
 ཆགས་སེམས་ལུས་འཁྱུང་རེ་ཞིག་དན་པས་འདོད་པའི་ཡུལ་གཞི་སྤར་ཡང་འབར།
 དགོད་བྱོའི་གཏམ་ལན་རེ་ཞིག་བསམས་ན་མིག་ཚུའི་ཆར་རྒྱན་བཞུར་གྱིན་ལྷག །

ལག་བྱུང་སྤྱེལ་བའི་དུས་ཡུན་བསམ་ན་ཅི་ཞིག་མ་རུང་དགུས་དོན་སོམས།
 མཉམ་ཟ་མཉམ་འཁྱུང་དུས་ལ་གཞིག་ཆེ་སྤྱི་ཞིག་ལས་དབང་བཙན་དོན་ཅི།
 གཅིག་དེད་གཅིག་འཁྱུང་ཅེ་འདྲོ་བསམས་ན་མ་རུང་གདོན་གྱིས་བསྐྱལ་དོན་ཅི།
 ཡང་རེ་ལན་རེ་བྱིར་དན་བྱེད་ཆེ་སྤང་བརྟན་གསོན་པོས་སྟེག་དུ་བཅུག །

དགའ་སྤྱོད་འདྲེས་མའི་སྤོང་གཏམ་དན་དུས་དབང་མེད་སེམས་ཉིད་སྟེག་གུས་བྱངས།
 འཁྱུར་མེད་རང་དབང་འདུན་མ་བསམ་བཞིན་ཀྱོག་མཆམས་དེ་ལྟར་ཤར་དོན་ཅི།
 བཙེས་མིན་འདྲུམ་གྱི་དགའ་སྤོང་དན་པས་དགའ་སེམས་སྤོང་གིས་མི་ལམ་རྒྱ།
 དབྱངས་སྟན་བཙེ་སྤྱིའི་འཁྱུར་ཁྱུགས་སྟན་པས་སྤྱི་ཅིག་ཉིད་དུ་ཆད་དོན་ཅི།

ཉིག་ཉིག་མིག་གི་སྤངས་ཀ་གཡོ་བས་སྟེག་ཉམས་ཆོས་དེ་བསུབ་དོན་ཅི།
 བཙེ་བའི་བྱུག་གིས་ཤ་བཅུས་བརྒྱབ་པའི་རྩོད་ར་སེན་མོ་ཟད་དོན་ཅི།
 རྩོད་པའི་བཅུད་གྱི་སྟན་ངག་འབྲི་བར་རིག་པའི་སྤོང་སྟེགས་འགག་དོན་ཅི།
 སྟན་མོའི་རྩལ་གྱིས་གཏམ་ལན་འཆད་པར་སྤྱི་མཁས་ཞལ་བཟང་བཅུམས་དོན་ཅི།

ལུས་དང་གི་བ་མའི་ལས་དབང་ཟེར་ཞིང་དོན་ལ་མི་འཁྱུང་འཁྱུར་ཕྱོག་འདི།
 སྤྱིད་པའི་ཆོས་ཉིད་རང་བཞིན་བསམས་ཀྱང་བཙེ་བའི་ཤུགས་གྱིས་ཤོག་ཐོག་དུ།
 མ་བྱིས་སྟེན་གྱིས་སེམས་གཏམ་ཤོར་བས་རེ་ཞིག་རྒྱུད་བཞུད་དགའ་མ་ལ།
 བཙེས་མིན་རྩལ་གྱི་བཤད་པར་ཐལ་བས་ལན་ཅིག་གཞིགས་པའི་རེ་སྤོང་ཡིན།

ཆིག་སྒྲིལ་འཛོད་པའི་དབྱར་ར།

བཅན་བྱུང་བའི་མི་རབས་གསར་བའི་དབྱར་ཁག་ལ་ཕྱལ་བ།

རིལ་བསམ་དཀར། (འགན་ཚུལ་ཁོད་ཨང་གཉིས་པ།)

ཁེར་རྒྱུ་སེམས་ངལ་རྒྱུ་འཚུབ་ལྟོག་ཕྱིར་བསམ་གཞིག་མལ་གྱིས་རྟོད་ཁོལ་བསྒྲོམས།
སྐད་ཅིག་ཉིད་ལ་རྟོག་རྒྱུ་འཕུར་མདའ་ལོ་ངོ་སྟོང་ཕྲག་སྟོན་དུ་འཕྲོས།
མ་ལྟོང་ཁ་བའི་རྩལ་བཅེགས་པོ་བྲང་མི་འགྱུར་སྟུན་ལྷའི་གཟུགས་སུ་མཐོང་།
འཁྲལ་སྤང་སྒྱུ་མའི་སྒྱུ་འཕྲལ་ཞིང་ནས་ཁེར་རྒྱུ་སེམས་ངལ་ཕྱོགས་སུ་འཕྱོང་།

གང་རེག་རྒྱུ་མོས་དཔའ་ངར་སྐྱེད་སའི་དག་གཅིང་ཞིང་ཁམས་སུ་མ་ཅེན་ན།
མིད་འཕྱོར་རེག་གསུམ་རྒྱ་མཆོའི་ཐ་སྐབས་ཁྱེན་དུ་འཕྱོར་བའི་གར་སྟབས་བསྐྱར།
སྒྲིལ་ཆ་བའི་ང་རྒྱལ་མགོ་འཕང་དགྲང་དུ་འདེགས་ཕྱེད་བཟོ་ཆལ་ཡང་།
མཉམ་རུབ་སོར་མོའི་འདུ་ཕྱེད་ཅེ་ནས་ལོ་ལྷའི་མངལ་ཁྱིམ་སྒྱུ་སྟེ་འཁྲལ་ས།

བཀའ་བྲལ་གདུགས་དཀར་ཡུག་གི་འོག་ན་གཡུང་བའི་འབངས་ལ་འཆོ་ཆེས་བཟང་།
ཁོད་ཀྱི་སྟོང་ཕྱི་དུག་ཅུ་ཅ་བཞིས་གཅིག་མཐུན་ཉེར་སྟོག་ཚུལ་པ་དང་།
ས་ཆེན་བྲང་ཁ་རྟ་དམག་ཕྱེ་བས་ཤུགས་ཀྱིས་བརྟུངས་པའི་སྒྲ་ཅམ་གྱིས།
ཅི་ནའི་ཡུལ་གྱི་རྩི་སྟོན་མ་འཆམ་ཉམས་ཟད་ཨག་སྐད་རྒྱུང་ལ་བསྐྱར།

ཞེ་མ་ངོ་མཆར་ལྟ་ཡུལ་ལས་མཛེས་སུ་མཛོད་གཏེར་ལ་ཅོ་འདྲི་བའི།
ཁམས་གསུམ་སྟོབས་ཤུགས་སུ་ཆོགས་སྟེང་པོ་གཅིག་རྟུ་འབྱེལ་འདྲའི་མཐོ་སྤང་ལ།
ལྟ་ཆོགས་ནམས་ཀྱང་གནས་གཞི་བཅའ་ཞིང་ཀུན་དགོས་ཆང་བའི་བསྐྱལ་བཟང་དེར།
ཤར་ཕྱོགས་རྒྱལ་ཁམས་གདུང་བས་མ་བཟོད་འདིག་རྟེན་ཕྱེད་པོར་སྤང་མིག་བགྲངས།

དབྱེན་སྒྱུར་ཕྱོགས་འཐེན་སྒྲུལ་གྱི་ཁ་རྒྱངས་གངས་དཀར་དབུ་ཅེར་ཕོག་པའི་ཆོ།
 རྒྱ་ཆོགས་སྒྲུལ་དོང་གདོན་གྱི་ཁ་གཞོན་དཔའ་སྤྱིང་དཔྱོད་ཅལ་བྱང་ལྷན་པའི།
 མགར་རྒྱུད་དམར་ཡག་སྒྲག་གི་སྒྲོག་ཅ་ནང་ནས་བཀྱམས་པས་སྒྱུ་གར་གྱི།
 པ་བོང་རྟོག་ཁྲིས་སེམས་ཀྱིས་མ་ཐེག་ནམ་ཤེས་མལ་ལ་སྟིག་སེ་ལྷང་།

ཁྲོ་འགྱུད་མེ་ལྷེ་ཡིད་ནས་འབར་བས་བདག་ལུས་ཁྲོ་ཐབ་ངར་ལམ་ལམ།
 འདས་བྱུང་ཚུ་མོའི་སྒྱུ་སྒྱར་ཉར་ཞོར་ཨ་ཆད་ཤུགས་རིང་གང་ཤུར་ཤུར།
 སྒྱུ་བྱར་བྱན་རྟོག་ཅང་ཤེས་ཆོད་པོ་ཐག་ཆད་ཅམ་ལ་ཕྱིར་མཆོངས་ཏེ།
 སྤྱོད་ལོ་བརྒྱད་པའི་ལྷ་བཅངས་ཁྲ་ཚུར་མདུན་དུ་བསྐྱེངས་པས་སེམ་པ་སྒྲེས།

ཐུ་སྟོད་ཆང་གི་རང་དབང་འཐབ་ཚོད་འཆེ་མེད་ཞི་བདེའི་གཞུང་ལ་བཏབ།
 མི་རབས་གསར་པའི་མེ་ལྷེའི་དབུང་གིས་དཔའ་བོའི་སྲང་ལམ་ཁད་གྱིས་བྱེས།
 ཞལ་ཆེམས་རྟོན་མོའི་ཐིགས་པ་རེ་རེས་མགོ་ནག་སེམས་ཅ་གཅིག་དུ་སྒྲེལ།
 ཆོ་དང་སྒྲོག་གི་དཔལ་འབར་དག་གིས་གོ་ལའི་གཏམ་རྒྱུད་གསར་བ་བྲིས།

ཨ་ཏོ་བྱེས་འབྱོར་ར་ཡིག་གཉིས་པ་དར་ཅིག་སྒྲན་དབང་འདིར་གསོན་དང་།
 གཞིས་བཞུགས་བོད་མའི་ཆིག་སྒྲིལ་ལག་རྒྱུ་སྒྲོགས་དང་མེ་མདས་མ་ཐུལ་བར།
 ཡིད་ལ་བརྟན་པའི་གཏན་ཆིགས་ར་སྒྲ་རོ་མོ་སྒྲང་མས་མ་ཁོགས་པར།
 རེ་བའི་པར་སྒྲེད་ལ་བརྟོན་ཏེ་ལག་བརྟན་འབོད་པ་གཏོང་བཞིན་མཆིས།

འཐེན་འཁྱེར་ཕྱོགས་ཞེན་དུག་གི་སྤོང་པོའི་བསེལ་གྱི་ལུས་ལ་མ་ཕོག་པའི།
 གངས་དཀར་ཨ་མའི་གཅེས་ཤུག་བྱ་ལོ་སེམས་ཁམས་གཙང་མའི་ལང་ཆོ་ཅན།
 བྱོད་གྱི་བགོ་སྒྲལ་བདེན་མཐའི་སྒྱུ་རིངས་འཇུམ་དཀར་བག་མ་བསུ་བ་ལ།
 རིགས་མཐུན་སྒྲུན་ཟུར་མཐུན་པའི་འབོད་བརྟ་བྱ་མོའི་གསུང་སྐད་མ་ཆུང་གེ།

མ་འོངས་གངས་རིའི་པ་བྲིམ་འདྲིན་མཁན་མི་རབས་གསར་པའི་སྟེ་ཤན་པས།
 ཤེས་བྱའི་ལྷང་ཁང་འཇའ་གུར་དབུས་ནས་ནམ་དཔྱོད་རྣོད་དཔལ་བརྟན་དང་ལྷན།
 རྒྱབས་གཅིག་པར་ཞེའི་ཞལ་གྱི་དཀྱིལ་དང་གཟུར་གནས་དར་དེར་སྒྲོག་པ་ཆོས།
 ཡང་ཡང་གསུངས་པའི་དགོངས་དོན་སྟོང་པོ་ཆིག་སྒྲིལ་གསེར་སྒྱུད་མ་སྟོད་ཅིག །

གཏུག་རྒྱུ་དཔུང་གིས་རྒྱལ་ནས་དེད་ཅིང་ཅག་སེར་ཁ་བས་ཚིབ་བསྐྱོར་ཏེ།
 བཟེད་བསྐྱར་མ་ཁ་སོ་ལ་འདེབས་ཞོར་མི་ཡུལ་འགྲིམ་པའི་གཏམ་རྒྱུད་ནང་།
 ཡ་ལའི་རྩལ་ཆུས་སྔོན་གནས་བསྐྱར་ཅིང་མ་ལའི་ཕྱག་བྱང་བཟེད་པ་ཀྱུན་།
 ལ་བཅུའི་དགེ་བ་ཁྱོད་ཕྱིར་བསྐྱོར་ཏེ་ད་ནི་རྟོག་སྒྲར་ཉན་ནས་ཡོད།

ཀླ་ཡེ་སྐྱུན་ཁྲ་ཁ་ཆོས་མིན་པར་གྱ་རེ་བྱེད་དགོས་ངལ་བ་བསྟེན།
 ཅ་རིལ་བཞིན་དུ་ཆ་མེད་ཡུལ་ནས་རྩ་ཉུ་བཟའ་བརྟུང་ལོངས་སྤྱད་དེ།
 ཏྲུ་ལའི་ཐ་སྐྱོད་དུ་རྩི་ཅམ་མིན་ནས་རྒྱན་དོན་དུ་ཁྱིར་བས་ན།
 པ་སངས་ལྷག་བསམ་ཕར་མཐར་བསྐྱེད་ལ་སྤྱི་དོན་བག་མ་དུ་ལོངས་ཤིག །

ཅི་ནའི་ཆ་མོས་རྩ་ཡའི་སྐྱེ་ཉེན་བོད་ལ་སྐྱ་ལེར་གདན་དྲངས་པར།
 འྲྀབས་ཏྲོག་ཟས་ཕྱལ་འན་བྱས་འབྱས་པ་དེང་སང་ཡ་མཆན་དོན་ལ་འགྲེལ།
 ར་རིའི་ཞལ་སྐྱ་འདིར་ཤྲི་ཐང་འབད་དེ་ས་བོན་མེད་པར་བྱེད་བསམ་པ།
 ཏྲ་ཅང་ཐལ་ཡང་ཨ་ཛྲོ་མེད་ན་ཏྲ་ལམ་ཨ་ཛྲོ་རྟོགས་འབྱུང་ཉེན་ཆེ།

གནའ་དེང་ཤེས་རིག་འོ་མའི་མཆོ་མར་ཅི་དགར་རོལ་པའི་ངང་དཀར་ལ།
 འརྩལ་པའི་གཤོག་ཡངས་ཅི་ལྟར་རྒྱོང་མིན་བཤད་པའི་འོས་པ་མ་མཆིས་མོད།
 དྲངས་ཞེན་འདབ་མ་མཁའ་ལ་འཁྲིགས་པས་སེམས་རྒྱ་སྒྲིག་གི་རོལ་ཚེད་ཅན།
 ཆེག་སྤྱིལ་དབྱར་རྩ་འབོད་པའི་བརྩལ་སྐྱན་ཆེག་ཆར་དང་འགྲོགས་ནས་བབས།

མཆན།

༡༽ བཅན་པོ་མང་སྔོང་མང་བཅན་དུས་མགར་བཅན་སྐྱ་སྔོས་བྱས་དམག་དཔོན་བྱས་ཏེ་དམག་
 རྟགས་ཆེན་རྒྱག་སྐབས། རྒྱའི་རྒྱལ་ "སྔོན་དེ་ལྟར་གྲོས་ལ་མ་མཐུན་པས་དོན་ཐག་མ་ཆོད་པར་ལུས་
 བེང་"ཞེས་དཔེ་དགར་མཁན་པོས་བཞེད་དོ། ༢༽ ང་ཆོའི་དོན། ༣༽ སྔོན་གྱི་མིང་།

ཐུགས་སྒྲུབ་ཀྱི་ཐུགས་སྒྲུབ་ཀྱི་ཐུགས་སྒྲུབ་ཀྱི་ཐུགས་སྒྲུབ་

ཐུགས་སྒྲུབ་ཀྱི་ཐུགས་སྒྲུབ་

མ་བཅོས་གཞུག་མའི་རང་གཤིས་རྒྱུད་ལ་མངའ་བ།
 མ་མངོན་དྲངས་བའི་མཆོ་མོར་རྒྱབས་ཐེང་རྒྱས་ཡོད།
 མ་བསམས་ཡིད་ཀྱི་མདའ་མོ་དབང་མེད་ཤོར་ནས།
 མ་ཡིབ་ཁོ་མོའི་སྤྲིང་ལ་བྱ་ག་བརྗོད་སོང་།

མ་བཤད་ཆེག་གི་རུ་མ་ཁོག་ལ་སྤྲོས་རུང་།
 མ་སྤྲོས་སེམས་ཀྱི་བཅེ་བ་སྤྲིང་ལ་རྒྱས་ཡོད།
 མ་གཞི་བྱེད་དང་ད་གཞིས་ཁ་ཐག་རིང་རུང་།
 མ་བསམས་ལས་ཀྱི་བཀོད་པར་རེ་བ་ལྷན་ཡོད།

མ་འོངས་དམ་བཅའི་རི་མོ་སྤྲིང་ལ་བྲིས་ནས།
 མ་རྩེ་བཟུང་བའི་ལང་ཆོའི་མཛེས་རྒྱན་དེ་ལ།
 མ་བསྐྱོགས་དྲངས་བའི་རྒྱ་མོ་དལ་གྱིས་དྲངས་ནས།
 མ་སྤྲོད་ལུས་ཀྱི་མེ་ཏོག་ལྷོད་གྱིས་གྲོལ་སོང་།

མ་བསྐྱོམས་ཡིད་ཀྱི་མེ་ལོང་དྲངས་མོའི་དབྱས་སུ།
 མ་བཤེག་རྩོམ་ཐོག་ལ་བཀོས་པ་ནང་བཞིན།
 མ་ཆད་ཉག་ཏུ་དྲན་པའི་གསེས་སུ་བཏབ་ནས།
 མ་ཤི་བར་དུ་གསལ་བར་ཐག་གིས་བཅད་ཡོད།

མ་བཅོས་སྤྲིང་ནས་བརྗོད་བའི་ཆོར་རྩོག་རིལ་རིལ།
 མ་བཀག་གུ་ལྷན་གྱིས་གྲུབ་སྟེ་བྱི་རུ་མངོན་སོང་།
 མ་ལུས་བྱེད་དང་ད་ཡི་འདས་ཟིན་ལོ་རྒྱས།
 མ་བཅུམས་ཐེང་བར་བསྐྱོགས་ནས་བྱེད་ལ་སྤྲོས་ཡོད།

མགྲན་སྤྲིངས་སེམས་ཀྱི་རྫོལ་མོ།

བསྐྱན་འཛིན་སྐར་མོ།

ཨ་སྟོན་དྲངས་གཙང་གི་རོས་སུ།
ཅུ་འཛིན་ནག་པོ་རེ་འབྲིགས་ཀྱང་།
དབང་མེད་དེ་བཞོན་གྱི་གསུང་སྟན།
ཁྱེད་རང་བདེ་སྐད་ཅིག་འཁྱོར་བྱང་།

གནམ་འོག་འཛིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་འདིར།
ཁོར་ལུག་འབྲ་མིན་ནང་གནས་ཀྱང་།
འཕགས་ལུལ་ཆོས་ལྟན་གྱི་ཞིང་དུ།
རང་ཉིད་བདེ་བདེ་ངང་གནས་ཡོད།

སྒྲ་མང་མེདོག་གི་ཆལ་ན།
དགའ་ཅིང་སངས་པ་གི་དྲངས་མ།
འདོད་པའི་རང་དབང་ནི་ཡོད་ཀྱང་།
རང་སེམས་སྦྱིད་པོ་རང་མི་འདུག།

རྒྱས་མེད་ལུལ་གྱུར་གྱི་འཆོ་བར།
སྤྲོ་བའི་སྒྲོ་མོ་ནི་ཕྱེས་ཀྱང་།
གང་བསམ་གང་དྲན་གྱི་གཏམ་དེ།
བཞིན་ཀྱང་བདེ་བ་ཞིག་མི་འདུག།

སྤྲིན་པ་ཐར་ཐོར་གྱི་གསེབ་ནས།
སྒྲ་བས་ཟུར་མིག་ཅིག་འཕངས་ཆོ།
ཁྱེད་ཞལ་མཐོང་འདོད་ཀྱི་འདུན་པས།
རང་སེམས་སྦྱིད་པོ་ཞིག་མི་འདུག།

ཅུ་འཛིན་ནག་པོ་གི་སྟོང་ནས།
དབྱར་རྒྱུ་མཛེས་མཐུན་གྱི་པོ་ཉས།
སྤྲོ་དབྱངས་དྲིར་དྲིར་ཞིག་འཐེན་ཆོ།
སྤང་བ་སྦྱོར་སྦྱོར་ཞིག་ལོས་འོང་།

རྒྱང་འཐུང་སྟོན་པ་ཡི་གསེབ་ནས།
མགྲིན་སྟན་ཁུ་བྱུག་གི་བྱ་མོས།
དྲན་མགྱུར་དྲང་དྲང་ཞིག་སྤངས་ཆོ།
དབང་མེད་མཆི་མ་ཞིག་ཤོར་སོང་།

རང་ལུས་མི་ལུལ་དུ་གནས་ཀྱང་།
སེམས་པ་པ་ལུལ་དུ་འགྲོ་འགྲོ།
སྐལ་བཟང་དུས་སྟོན་ཞིག་ཤར་ཆོ།
བདེ་སྦྱིད་མཉམ་འདྲེས་ཤིག་ཡོང་དོ།

ཉིན་མཆན་དགྲང་ཟས་ལ་རོལ་དུས།
ཁྱེད་རང་བཞེད་པ་རང་མི་འདུག།
ཁ་ཟས་ཁམ་ཅིག་ལས་མེད་ཀྱང་།
མཉམ་ཟ་བྱེད་འདོད་ནི་ཆེ་ཡང་།

དགའ་སྦྱིད་མཉམ་འདྲེས་ཀྱི་གནས་སུ།
ཁྱེད་རང་བཞེད་པ་རང་མི་འདུག།
སྤྲིང་གཏམ་ཆོག་གསུམ་གྱི་དྲན་སུ།
ཁྱེད་ལ་འབུལ་འདོད་ཅིག་སྦྱེས་བྱང་།

ཐུང་ཐུང་པ་ལུལ་དུ་འཐུར་དུས།
ཁྱེད་ལ་འཕྲིན་ལན་ཞིག་བསྐྱར་ཡོད།
གང་ལྟགས་གནམ་གཤིས་ཀྱི་དཀའ་བ།
མེད་པའི་སྟོན་ལམ་ཞིག་འདེབས་ཆོག།

སྟན་པ་ལ་བྲག་ས་ཅན་ཡི་ད་དམ་ཆེ་རིང་གི་རྗེས་སྤྱོད་འབྲས་ལ།

མི་ལ་རས་པ།

——ལཔ་ཕྱི་དང་ཤེས་བྲག་རི་བོར་གནས་མཇུག་ཕྱིན་པ། (དང་པོ)

ནག་ཆུ་སྒོ་བཟང་བཟོད་པ། (འགྲན་ཚུལ་སྒོ་དུང་གཉིས་པ།)

བྲག་པོས་བྱ་སྒོའི་སྤྱོད་འདུལ་མཐོང་དུས་བྱང་ཆེན་མོ་དཔེ་མཐོང་ལམ་འགག།
བྲག་ཀོང་ཆུ་མིག་ཅིང་བདེའི་སྒོ་ནས་མཁར་དགུ་བཅེགས་པའི་རྩོད་སྐད་ཐོས།
མོད་པོའི་དག་གི་སྤྱོད་སྟན་པོ་གནས་ལུགས་སྤྱོད་པའི་དབྱངས་རྟ་འགྲུལ་སྤྱོད།
སྟན་དཀར་ཐེམ་པའི་སྟན་པའི་སྟོད་གཡོག་ལྷང་མདོག་མཛེས་སྤྱོད་སེར་བས་བཙམ།

སྟོ་བྲག་རི་བོའི་བྲག་དཀར་རྟ་སོ་མཁར་ལམ་བསྟོད་པའི་ཟམ་ཆེན་ཡིན།

དེང་རབས་འཕུར་བྲུ་མཁར་དབྱིངས་ལྷིང་བར་བྱེད་ཀྱིས་ཡིད་སྟོན་མ་སྟེད་ཅིག།
སྤྱོད་རབས་མི་ལས་སྐར་ཆོགས་ཁྲ་མོ་ཞབས་རྗེས་སྟེགས་བམ་གསོན་པོ་ཡོད།

རྒྱལ་གཅེས་དཔལ་པོ།

——དཔལ་པོར་རྗེས་སྟོན་བྱེད་པ། (གཉིས་པ)

བྲག་པོའི་མཆོན་ཀྱིས་རྒྱུང་རྟེན་འོག་ན་ཞུམ་པ་མེད་པའི་སྟོང་སྟོབས་ཀྱིས།
རམ་བཞིན་སྟོ་ཡི་གཡུང་རྒྱུང་རི་མོ་མི་གཤེགས་དམ་བཅའ་རྟག་བརྟན་པས།
ས་ཡ་དུག་ལ་རྒྱ་མཆོ་འབྲུག་པའི་ཤུགས་བྲག་བཅེ་སེམས་མ་ལྟན་ན།
གཅེས་པར་འཛིན་པའི་རིན་ཆེན་ཆེ་སྟོག་པངས་མེད་བྱུང་གིང་བྱེད་མི་སྲིད།

མེ་རུའི་དཀྱིལ་གྱི་ཞལ་གདམས་འཕོད་སྒྲ་ཕྱི་རབས་པ་ཡི་ཤུགས་བསམ་ཡིན།

ཆོལ་ཁ་གསུམ་གྱི་འགན་འཁྲིའི་འགལ་ཤུགས་སྟོ་སེམས་རི་རབ་དམ་བསྐྱེམ་ན།
རི་སྤྱོད་སྟོན་མོ་ཆམ་ལ་འབེབས་པར་ལོ་དང་ལྷ་བ་འགོར་མི་སྲིད།

ཡིད་བབ།

——རང་ཉིད་ཀྱི་རང་ཉིད་རོ་ཤེས་དགོས་པ། (གསུམ་པ)

སྒྲིལ་རྒྱུན་སྟན་དག

དབང་ཐང་དར་བའི་སྤང་བ་མཐོན་པོའི་མགོ་འཕང་དགྲང་སྟོན་མ་སྟེགས་ཤིག །
སྐར་ཆོགས་ཁྲ་མོ་མགུལ་དུ་རྒྱན་འདྲའི་ཁེངས་དྲེགས་སྟོམ་སེམས་མ་ཕུར་གྲེ།
ཡང་ན་ཉམས་རྒྱད་དམན་ལ་ལྷུང་དུས་མགོ་བོས་རུ་མ་སྦྱར་གྲིས།
ག་དང་རུས་པའི་སྒྲེར་གཟུགས་ལྷ་ལག་རྒྱུ་ཤང་གཉིས་འདེགས་འཛོག་དམ་དུ་བསྒྲིམ།

རྒྱལ་ཁམས་རི་མོ་ཇི་ལྟར་གྲུབ་ཡོད་རི་མོའི་འགོ་ལྷགས་དེ་ལྟར་སྟོམས།

མི་ཡི་འགྱུར་འགྲོས་ཀྱན་རྟོག་འབྲུལ་སྤང་རང་སེམས་གསོན་པོ་མཛོན་ཡོང་ངོ་།
མཁའ་ཡི་ཉི་ཟླ་ཆེ་ཆུང་མེད་ཀྱང་ས་གཞིའི་རང་མདངས་སྐྱ་ཆོགས་ཡིན།

རར་བྱགས།

——མི་རིགས་ཞིག་གི་རྒྱས་སྟོབས། (བཞི་བ)

ཁ་བ་གངས་ཀྱི་སང་གོ་དཀར་མོའི་ལྗེ་ཆགས་བགྲད་པའི་ཁྲོ་གཉེར་བྱངས།
ནགས་མའི་ཆལ་གྱི་རི་ཆོགས་ཁྲོད་ན་རྒྱ་སྟག་རར་བའི་སྒྲ་ཆེན་གྲགས།
གཙང་ཆུ་བཞུར་བའི་མཆོ་ཆེན་དག་ན་གཡུ་འབྲུག་ལངས་པའི་བྲག་ཆ་ལྗེར།
མད་བྱང་མཆོ་དང་གངས་དཀར་རི་བོ་མི་རྒྱབ་སྲིད་མཐའ་རྟག་བརྟན་པར།

རྒྱུན་ཆད་མེད་པའི་ཆུ་བོ་དག་གིས་ལེ་བར་སྤྱི་ཡི་རྒྱ་མཆོ་འགྲན།

ཡར་ཁྱུང་མཁར་གྱི་བཙན་རྫོང་བརྟགས་ན་བྱེ་མའི་ཐང་ཆེན་བཙོ་བརྒྱད་ལྟར།
དམར་ཡག་སྟག་གི་རར་བྱགས་མེ་རུ་སྟན་པའི་ཡུལ་གྱི་ར་ཆེན་ཡིན།

པ་སྐད།

——སྐད་ཡིག་ལ་སྤང་སྟོབ། (ལྔ་པ)

སྦྱེས་པའི་པ་ས་མཛེས་པའི་རི་གྲོང་མད་བྱང་བོད་ཀྱི་བྱང་ཐང་ཡིན།
ཐོག་མའི་ཤེས་རིག་པ་སྐད་སྟན་མོ་ཐོན་མིས་ཀ་མད་སུམ་རུ་ལགས།
ང་གཉིས་ཆོག་གི་སྤང་མོལ་བར་ན་མི་རིགས་ཤིག་གི་ཆེ་སྟོག་ཡོད།
ས་མཐར་བསྐྱར་བའི་འགོན་པོ་ཡིན་ཡང་པ་སྐད་གཙང་མའི་རྣམ་ཤེས་དགོས།

རང་རིགས་འཛིན་པའི་ལ་རྒྱ་དགོས་ཀྱིས་ལ་ཁའི་དར་ལྗོག་བྱེད་མི་རུང་།

ང་ཚོའི་རིག་གནས་འོད་སྟོང་འཕྲོ་བའི་མེས་པོའི་རྒྱལ་བསྐྱེད་འདོད་ན།
དཀའ་སྤྱད་ཁྱི་ཡི་མཚར་སྤྱད་བསྐྱེད་ནས་འདིག་རྟེན་ཀྱན་གྱི་གཟིགས་མོར་ངོམས།

ས་རྩ་མཐོ་སྟོན།

——ཐོག་མར་སྟོན་འཕྲུག་བྱེད་དུས། (ལྷན་པ)

མ་ལུ་མ་འདི་ཡི་པང་ལ་འབྱོར་དུས་འབྱོར་འབྱོར་གོམ་ཁའི་ལམ་སྟེ་བྱེད་མི་ཐུབ།
ཆུན་གྱིས་སྟོན་སྟོན་འཕྲུག་སྟོན་འཕྲུག་ནས་དཀའ་སྤྱད་སྟོན་སྟོན་བསྐྱེད་ནས་འཕྲོད་གོས་གསུངས།
བདག་གི་རྩོད་རྒྱུགས་ཀྱིས་བསྐྱེད་ནས་འགན་ལེན་ཕྱག་པར་སྟེགས་ནས་གོམ་གང་བྱེད།
དགེ་སྦྱོང་ཞིག་གིས་ཆོ་སྟོན་བཏང་བའི་ཕྱལ་བྱང་ཤེས་རིག་སྟོང་གི་འོད་མདངས་འཕྲོས།

བརྩ་ཕྱག་རིག་གནས་རི་རབ་རྒྱ་མཚོའི་མཛོད་མཐོན་བཙོན་ལེན་བྱ་རབས་རྣམས་ཀྱིས་བྱེད།

གདུང་འདེགས་གནས་གྱི་ཀ་བ་འབྲ་བའི་ལྷ་རིགས་ལྟ་གནས་དང་པོ་བྱེད་ཉིད་ལགས།
མི་རིགས་ཤིག་གི་དར་རྒྱུད་བར་ན་ལྷབས་ཆེན་མཐོ་སྟོན་འདི་ཡི་གཟིགས་བརྩེད་བཙོན།

རེས་དོན་གྱི་རྒྱལ་སྤྱུང་།

——ཞིང་གཤེགས་ཆུན་སྟོན་བཟང་རྒྱ་མཚོ་རྒྱུ་འཕྲུག་ལྟོས་འཕྲུག་ (བདུན)

རམ་བརྩེད་ཤེལ་གྱི་འཕྲུང་འབྱུང་རི་བོའི་ལས་དབང་ཞིག་གི་ཀྲོག་མཚམས་དེར།
རྒྱལ་སྤྱུང་ཆེན་པོས་ཞི་བའི་དབྱིངས་ནས་བྱེད་རབས་བྱ་ཆའི་ཐེམ་སྐྱེས་མཛད།
རྒྱ་ས་དབེན་པའི་ཁུང་བྱ་ཞིག་ན་གསུང་རབ་བཀའ་ཡི་ཤན་སྦྱར་བཙོན།
ཆོས་ལོག་དམ་ཉམས་སྤྱིག་ཅན་ཤན་པས་བདག་གི་རྒྱལ་སྤྱུང་མཚོན་ལ་བཀྲོངས།

ཅིག་ཞེས་བདུད་ཅིའི་ཁྲག་ཐིག་རི་མོ་གསུང་རབ་བཀའ་བསྟན་འབྱུང་སྟེ་འཆོར།

དཀའ་སྤྱད་ཁྱི་ཡི་མཚར་སྤྱད་བསྐྱེད་ནས་ཀྱན་རྟེན་སེམས་ཀྱི་བ་སྤྱུག་པོ།
ཞབས་རྒྱུ་དཀའ་སྤྱད་པོ་གཤེགས་པའི་ཕྱལ་དེ་བྱེད་རབས་བྱ་ཆའི་ཡིད་ལ་སོམས།

ཞུགས་པའི། གཞུགས་པའི།

ཤར་སྒྲིལ་

གཞི་སྒྲིལ་ནས་པོའི་རིག་པའི་ཐན་འཕུལ་ལས།
ཤུགས་ཆེན་མཐེབ་ལོང་རྒྱུ་དུ་མ་སྒྲུར་ཞིང་།
རྫོ་ལྷགས་མདའ་ཅེ་སོ་ཁ་མ་ཐུད་ཀྱང་།
བདག་ཡིད་རི་སྒྲིལ་འགྲུམ་པའི་སྒྲོ་ལྷན་མ།

ཤ་གཟན་ཀྲོག་ཀྲོག་འདྲེ་ཡི་ཆོ་འཕུལ་གྱིས།
ཐུད་པའི་ཞོ་ཁམས་དགྲུག་ལ་མ་བཞེངས་ཤིང་།
འུག་མིག་དཔུང་གི་གཉའ་བ་མ་བཅག་ནའང་།
ཐུད་རྒྱུང་ལུ་གུ་གཞོམ་པའི་འུར་ཆ་མ།

མགོ་ཡག་བདུད་སྒོན་རིག་པའི་གསང་མིག་ལས།
གཙོད་བྱེད་དག་སྒྲིལ་དབྱིབས་སུ་མ་བྱས་ཤིང་།
གཤིན་ཇེ་རི་གཤིད་མའི་ཐུད་ནས་མ་གདེངས་ནའང་།
བདག་སེམས་འཁྲི་ཤིང་གཏུབ་པའི་སྒྲོ་རེ་མ།

ཁྱ་མ་སོལ་བར་བྱས་པའི་མེ་ཁ་ནས།
མཛེངས་མི་ཐོག་མས་ངར་ཁ་མ་བྱུང་ཅིང་།
ཁ་རུབ་མེས་པོའི་མལ་ལས་མ་རྟེན་ནའང་།
བདག་སེམས་ཉ་མོ་འདྲིན་པའི་ལྷགས་ཀྱུ་མ།

གཏུག་ཅན་གདོང་བ་དམར་པོའི་གཏུམ་སྒྲིལ་ལས།
གོར་མ་མཆོན་དུ་འབར་བ་སྒྲོགས་ཀྱི་རྩོ།
མིའུ་བྱང་དཔུང་བའི་ཤིད་དང་མ་བཞེབས་ཀྱང་།
བདག་སྒྲིང་བཅན་རྩོད་གཏོར་བའི་སྒྲོགས་མདེལ་མ།

རིན་ཆེན་ལུ་པའི་རྒྱུ་དུ་མ་སྒྲིལ་ཤིང་།
སྒྲེ་བརྒྱུད་འགོང་པོའི་འཕུལ་གྱིས་མ་བརྒྱངས་ནའང་།
གཡུལ་རྒྱལ་ཐོག་གི་མདས་ཀྱང་བསྒྲུན་མིན་པ།
བདག་སྒྲིང་བྲག་རི་གཏོར་བའི་གནམ་ལྷགས་མ།

ཉམ་པས་ཡ་ཁོག་ཁེངས་པ་ཁོ་རྒྱལ་པས།
རིག་རིག་པར་དུ་ལེན་པའི་ཉམ་སེམས་གྱིས།
ཨོལ་བཞེད་གྱིས་མདུད་དེ་མ་བསྐྱགས་ཀྱང་།
བདག་ལུས་དམ་དུ་བསྐྱམས་པའི་ཞགས་འཕུལ་མ།

སྒྲིད་རྒྱ་གཡོན་པོར་འཕྱོ་བའི་གུ་བྱར་ནས།
ཐོ་ཡག་མགར་བའི་ཐོད་པས་མ་ཐེག་པར།
ཆོ་ལ་བཞི་ཤད་བྲིས་པའི་གཏམ་རྒྱུད་ཅིག།
ཅི་ནས་འབྱུང་དུ་མ་འཇུག་རྒྱ་རེ་མ།

འབྲུག་རྩོམ་སྒྲིག་གི་མེ་དབྱུང་།

སྤྱི་མཐུན་མིག་

ཞི་བའི་ལ་བདུད་ཅི་ཟེགས་མ་རེ་ཡིས་འཁྲིལ་ཡལ་གཏི་ཁྱོན་ཡངས་བྲག།
སྒྲིག་ལམ་རྒྱུད་གིས་བསྐྱུལ་བའི་དེ་བསྐྱུང་རྒྱ་མཚོའི་གོས་ཅན་དལ་གྱིས་བསྐྱུངས།
ས་སྐྱུང་སྤྱི་བའི་གདུང་བ་བཅིལ་ཞིང་དགེ་ལེགས་ཤིས་པའི་དཔལ་ཡོན་བསྐྱུངས།
མོངས་པའི་ཐུན་འཕྲོག་བཅེ་ཆེན་ཐུགས་རྗེས་རྗེས་ཐུན་བསྐྱུང་བའི་འདབ་མ་གཡོ།

བྱང་ཕྱགས་ཁ་བའི་འཇིག་རྟེན་ལི་ཁྲི་ཡི།
རྒྱལ་བཀོད་ཉིན་མོའི་མདངས་ཀྱིས་རབ་འབྱུང་ཅིང་།
གཙུག་ལག་འོད་གྱི་མཚར་སྒྲུག་བཞད་པའི་དཔལ།
ངམ་ནག་སྒྲུག་གིས་ཐོས་པའི་མཚན་གཞུང་འདིར།

སྤྱི་བའི་ཐུགས་རྒྱུད་དྲག་པོས་བདས་ཀྱང་ལོ་རྒྱུས་གསོན་པོ་རུམ་ལ་གཙུག།
གནམ་སྐྱུམ་སྒྲུལ་སེ་མདའ་ལྱུང་ཡང་གོམ་སྒྲུབས་རྒྱུད་པོ་རི་ལ་བཅགས།
གཉེར་རིས་ལྱལ་ལམ་ཕྱ་མོའི་གསང་བ་དེ་བཞིན་ཆོག་གི་རྩི་ཐོགས།
ཁ་བའི་བྱ་རྒྱུད་ཀྱས་འཕྲོགས་དག་གི་བརྗེས་པའི་རྒྱུད་རྗེས་བྲག་ལ་དོང་།

ན་རྒྱུད་སྒྲིམ་མིན་ཅེ་དགའ་མ་ཡིན་པར།
ནམ་པར་དཔྱོད་པའི་མིག་བྱང་རབ་ཡངས་ནས།
དྲངས་མའི་ལུས་ཁམས་ཞུགས་ཆེན་ལ་ཆིབས་ཆོ།
དགྲ་པོ་སྤྱིངས་ཏེ་འདར་བ་མ་ཟུར་ཏམ།

ལྷག་བསམ་མི་ཤིགས་རྩི་མོ་བཀོས་བརྒྱལ་ཞུགས་དེ་མེད་གོས་ཁྱོན་ཞིང་།
སྤྱི་བའི་སྒྲིམ་མི་བའི་དམ་པའི་སྒྲིམ་རང་བབ་འབྱུང་པའི་བཞིན་རས་ཅན།
ལྷགས་ངན་ཆ་བའི་སྒྲིག་དབྱུག་ལེན་ལ་འཇིགས་མེད་གཤོག་སྒྲིམ་ཁལ་ལ་བརྒྱུངས།
མ་འོངས་འདུན་མའི་ལམ་བཟང་འབབ་སྤྱིངས་དཔལ་དུ་སྤྱིན་པའི་ཐབས་འདི་མད།

བསྐྱེན་དང་བཀྱར་བསྐྱེད་ཤ་ལ་རབ་སྤྱིང་ཅིང་།
སྤྱི་བའི་གོས་ཅན་ཐུགས་ལ་རབ་བརྒྱུད་པའི།
མངའ་མཛད་ཆོགས་ཀྱི་འདེན་བྱེད་འདིར་གཡོས་ཆོ།

ངོ་ཚའི་ཞགས་པས་འཆིང་བ་མ་གྱུར་ཏམ།

ཁྱ་ཆེན་ཤེས་བྱའི་མངོས་མ་དང་འགྲོགས་གདོད་མའི་གཞིས་ཁྱིམ་དོན་མོ་ཉིད།
འཛུགས་པའི་སྒོ་གྲོས་ཀྱི་མུད་བཞད་ཅིང་ལང་ཆོའི་སྒྱེད་སྤིང་རང་གི་གཞུང་།
དགའ་བྱས་འདབ་བརྒྱ་བཞད་པའི་མཛུགས་སྒྲོ་ས་མཐའི་ཡུལ་ནས་འཛུམ་གྱུར་ཡང་།
ན་བུན་ལང་ལོང་མཐོང་བའི་བྱ་དག་དམ་ཐག་བརྒྱད་ནས་དབྱིངས་སུ་གྱེར།

གཡུལ་ངོ་གཏིང་ནས་རྒྱབ་ཀྱང་སེམས་རྩ་འཕར།
གནམ་ངོ་རིང་ནས་གནག་ཀྱང་གཞོན་ཤ་ཆགས།
དྲུང་ཞེན་མེ་ཏོག་འཛུམ་པའི་མིང་སྤིང་ལ།
ཕྱི་མིག་གཟེགས་པའི་དུས་ལས་ཡོལ་བེན་ཏམ།

མི་མངོན་སྤིད་དོན་མཆོན་ཆ་ཅེ་དགུ་འདོད་རང་ཆགས་པས་རྒྱབ་ལ་སྤྱོད།
གཡོ་སྒྱུ་ཞགས་པར་བྱངས་པའི་དམར་ཁྲིམས་ལྷ་ག་ར་རྒྱའི་ནད་དང་བསྐྱེདས།
ཐུན་ནག་སྒྱུག་པོར་རྒྱ་ལ་འཇབས་པའི་རྒྱ་ཆོགས་ཏད་དེ་བསྐྱེད་པའི་སྒྲོབས།
འཇིགས་རྩང་མེ་དཔུང་མཆེད་པའི་ཁྲོད་ན་ཞི་བའི་ཕྱག་རྒྱ་བསྐྱེད་མ་བཞིད།

དགུན་མཛུགས་འབྲགས་པས་རི་ཅམ་བསྐྱེདས་གྱུར་ཞིང་།
དཔུང་འཛུགས་མཆོམས་མེད་ཅི་ཅམ་བཟང་ན་ཡང་།
མཐོན་པོའི་སྤྲང་གཤོང་གསལ་བའི་ཐེམ་སྐྱེས་ཤིག །
བརྒྱུ་བའི་དམ་བཅའ་ཡིད་ལ་འགོད་མིན་ནམ།

བྱེད་པོས་འཇིག་རྟེན་བཀོད་པ་འདི་ཡང་རང་འདོད་རང་དགར་བྱེད་པ་བརྒྱན།
ལྷ་སྤྱང་ཁྲོས་མའི་ཐོ་དོར་འདི་ཡང་རེ་བསྐྱེདས་སྤྱོད་གི་སྤྱག་བསམ་བརྒྱན།
བདེན་དོན་འཆོལ་ལ་རྫོ་བའི་དབལ་ཁ་མེ་དཔུང་ཁྲོད་ཀྱི་མིང་སྤིང་ནམས།
འཆི་བདག་སྤྲ་མེས་བྱེ་བ་མི་སེམས་འཆི་བའི་གཟི་བཞིད་སྤྲ་བྱེད།

ཟླ་བེར་འབྱུང་པའི་ལྷན་པོ་གངས་ཀྱི་རིར།
སྤྱིང་སྒྲོབས་རལ་པ་བསེགས་པའི་གདོང་ལྗེ་བས།
འཇིགས་མེད་གད་རྒྱངས་ཕྱོགས་སུ་སྒྲོགས་པའི་ཆོ།
རྒྱལ་ངན་མ་སྤྱིས་ལྷན་འཕུལ་སྤྱིམ་ལ་ཉི།

འདི་ན་འང་པོད་མི་རིགས་ཀྱི་དཔའ་བོ་ཞིག །

འཕྲི་རུ་འབྲོང་རུར་པོ་ཉ། (འགྲན་ཚྭ་ཁོད་ཡང་དང་བོ།)

བསྐྱལ་བཟང་འདི་ལ་སངས་རྒྱལ་སྒྲོང་ཞེས་སྟེན་པའི་རོལ་མོ་དགྲོལ་བ་ལས།
སྤངས་རྟོགས་ཡོན་ཏན་ཀུན་དང་མཉམ་ཡང་ཀུན་ལས་སྟག་པའི་མཛད་པ་ཅན།
ཤུག་ཏུ་སྤངས་རིགས་སྤྱུ་རྣམས་ཀྱི་གཙུག་ཏུ་འབྱེད་བའི་དགེ་སྦྱོང་དེས།
དེ་རིང་འདིར་ཡང་དགེ་མཚན་ཤིས་པའི་སྡེ་བཞིའི་ཆར་རྒྱན་འཛད་མེད་སྟོལ།

གང་གི་མཛད་འཕྲིན་འོད་ཟེར་བརྒྱ་བ་གསེར་རིའི་སྒྲོངས་སུ་འཕྲོས་པ་ལས།
ལུང་རྟོགས་པ་སྒྲོའི་དགའ་ཆལ་སྒྲོང་ལ་ལུང་གིས་བསྟགས་པའི་སྒྲིམ་མཚོག་ཆེ།
མི་གཅིག་ཆོས་གཅིག་གྲགས་པའི་མཚན་ཅན་ཡེ་ཤེས་སྟོང་པོའི་སྒྲིམ་མཐའ་སྟེ།
འབྲོང་རུར་ཆོས་རྒྱུ་རིམ་པར་བྱོན་རྣམས་བདག་སྟོ་དད་པས་རྣམ་ཀུན་མཚོད།

རང་སྤང་ཨ་མའི་ཞལ་དཀྱིལ་དེ་ལས་སྐྱད་ཅིག་ཅམ་ཞིག་མ་གཡོས་ཀྱང་།
གཞན་སྤང་གང་འདུལ་འགྲོ་བའི་སྟོ་ལྟར་ཅི་དགར་སྒྱུར་མཁས་སྟོང་རྒྱུ་ལྟར་གར།
མདའ་ལྷའི་བདག་པོའི་གཤེད་མར་གྱུར་ཅིང་འབྲོང་རབས་སྤེང་བ་འདྲིན་པ་པོ།
འགྲོ་འདུལ་སེམས་དཔའི་རྟོགས་པ་བརྟོད་ལ་དགའ་བའི་སེམས་ཚར་འགོག་ཐབས་བྲལ།

སྟོན་བསུ་ཆོད་གཉིས་རུལ་མང་གངས་ཀྱིས་ཆོས་སྟེན་མཚོད་སྟོང་བསྟན་གྱུར་མོད།
ལས་སྟོན་ལྟོ་རྒྱུང་དལ་གྱིས་བསྟུལ་བས་སྤང་ཡང་གཞུགས་སྟེ་མཚན་བཟང་དཔལ།
གཅིག་དགུ་ཉེར་གསུམ་བགང་བའི་འཁོར་ལོ་སྒྲོངས་འདིའི་ཉེ་བར་འཁོད་པའི་ཆོ།
རབ་དཀར་ཞིང་འདིའི་དགེ་མཚན་སྤང་དུ་བྱང་སྟེར་བསྟུམས་པའི་གྲགས་སྟེན་འབར།

དེ་ཆེ་བཟང་དགུའི་མཚན་ལྟར་མང་ཡང་རེ་ཞིག་སྟོ་བའི་སྟོ་སྟོ་འགོག །
བྱིས་སྟོད་འདས་པའི་ངོ་མཚར་སྟོང་ལས་རྒྱ་འབྲས་བསྟུ་མེད་དན་རྟགས་བསྟུལ།
ཐུབ་བསྟན་རྒྱ་མཚོ་རྒྱལ་བའི་དབང་པོས་བསྟུགས་བཅད་བརྟེན་བའི་དགོངས་དཔྱོད་ལས།
ཡ་མཚན་གཟེར་སྤང་འབྲས་སུ་གྲས་པས་ཡང་སྟུལ་གསར་པའི་དཔའ་དར་བསྟུལ།

འབྲོང་རུར་ཆོས་རྒྱུ་རིམ་པའི་གདན་ས་མ་ཐང་སུམ་མདོར་གོང་མའི་བྱིར།
འགྱུར་མེད་ཞབས་ཀྱིས་བཀྲ་ཤིས་རེ་ཁ་བཀོད་པའི་དགེ་མཚན་སྟོ་ལས་འགོངས།
ལྷ་མི་དབྱེས་པའི་རྟོན་འབྲུང་དགའ་སྟོན་བདུན་པག་དུ་མར་ལོངས་སྤྱད་པས།

སྐུམ་ཆེན་ཆོག་མཁུར་ཀྱང་ལྟ་མོར་གཡང་ས་ཏེ་དར་གོས་ཡང་ཡང་འབྱུལ་པར་སྐད།

འོག་མིན་མཆུར་མདོའི་བདེ་ལྷན་ཞིང་གི་འཛིག་རྟེན་དབང་ཕྱག་ཀྱིས་པ།
རིག་པའི་རྩོམ་སྐྱོང་འབྱུལ་སྒྲིལ་དང་ཟག་མེད་སྤྱོད་ཕུང་ཆུ་མེད་དང་།
ཤིས་བརྗོད་ཆོག་གིས་མདོན་པར་བསྐྱུས་ཏེ་བསྐྱུར་འཛིན་འགྲོ་འདུལ་ཅོད་པར་གྱི།
ཡབ་སྐུ་དང་དམ་འབྲུར་མེད་མཆོན་པའི་ལོ་རྒྱུས་རྟེན་པའི་རྒྱལ་སྤྱོད་ས་བསྐྱུལ།

དབྱངས་གསལ་སོ་བཞིའི་ཁྱེར་དབྱངས་གཅིག་གིས་དགེ་ཆེན་དགུས་པའི་མིག་ཟུང་བསྐྱུར།
རང་ལྷགས་ཆོག་འཕྲིན་བརྒྱུད་ཐབས་ཅམ་གྱིས་མ་ལུས་ཁོང་རྒྱུད་ཤིས་རབ་མངའ།
གཞན་པར་ཕྱགས་གཤིས་མཁུར་ལྟར་ཡངས་པས་མཆོག་དམན་མཁུར་བའི་མགོ་བོ་ལྟེ་མ།
སེམས་དཔའ་བྱེད་ཀྱི་རྣམ་ཐར་རེ་རེ་གངས་ཕྱག་སྒྲིང་སྒྲིབས་ས་བོན་གྱུར།

འབྲོང་རྩུ་སྐུ་རྒྱུང་འཁོར་ལོའི་མགོན་དང་ཕྱབ་དབང་རྩོམ་འཆང་ཆེན་ཟུང་།
ནང་གི་བཤེས་གཞིན་གཅིག་ཕྱར་བཀུར་ཞིང་རང་ལྷགས་སྤྱོད་གོལ་ཏུབ་ཀྱིས་བཞེས།
སྤྱོད་ལོར་མེ་མོར་ཆོག་མཁུར་སྐྱབས་སུ་རྒྱལ་དབང་པད་འབྲུང་ཞལ་གཟིགས་ཀྱིས།
དག་སྤྱང་སྤྱོད་གོལ་རྒྱ་ཆེར་བསྐྱུལ་བས་འབྲོང་རྩུ་གོང་མའི་སྤྱོད་རབས་བྱུར།

ཆེབས་ཞབས་འཁོར་ལོ་དབྱུས་གཅིང་བསྐྱུར་ཏེ་འབྲི་སྐྱག་འོག་མིན་མཆུར་མདོ་སྐྱགས།
བཀུར་བརྒྱུད་གོང་མའི་གདན་ས་རྣམས་དང་ལྟ་ལྟན་དག་པའི་ཞིང་ཁམས་སུ།
སྤྱོད་པའི་སྤྱོད་ཆོབ་རྩོད་ཀྱིས་སྐྱོང་སྐྱོང་འབྱུལ་དོད་དང་ཕྱག་མཆོད་ཀྱིས།
འགྲོ་ཁམས་ཞི་བདེའི་དཔལ་ལ་སྤྱོད་པའི་ཀུན་བཟང་སྤྱོད་ལམ་རྩོམ་སུ་ཞུགས།

ལོ་དང་རྩ་དམར་སྤྱོད་སྤྱོད་གཤུལ་བྱའི་སྤྱོད་གི་འདོད་པ་བསྐྱང་བའི་སྤྱོད།
གང་སྤྱོད་རབ་བརྗོད་ཏེ་སེ་ལྟན་པའི་ཞབས་ཟུང་རེ་ཁ་བཀོད་ཐེངས་རེར།
ཟབ་རྒྱས་ཆོས་ཆར་ལན་མང་པལ་པས་རྒྱལ་བ་དགུས་པའི་ལམ་ཆེན་དུ།
གོང་མའི་ཆོས་དམ་ལ་རྒྱ་བཅན་པོས་མ་ལུས་ཁྱེར་གྱིས་བཀོད་པར་མཛད།

གནམ་བསྐྱོས་དགའ་བ་བརྒྱ་ལྟན་གཞུང་གི་དབྱུ་ཆོག་བཅན་པའི་རང་མདངས་ཀྱིས།
དགེ་བརྒྱའི་ཁྱིམས་ཀྱི་གཟི་ལོད་འཕྲོས་པས་གངས་རིའི་མདངས་ཀྱང་འཕྲོག་པའི་དཔལ།
མི་ལྟུང་ཕྱོགས་ཀྱི་ཐ་གྱར་སྤྱོད་ཕྱིར་ཕྱགས་བསྐྱེད་ཡར་ལྷན་ཅོ་འདྲིའི་རང་།
དུས་བཞིའི་བཀོད་རིམ་འཁོར་ལོའི་སྤྱོད་ནས་སོ་བརྒྱུད་བཀྱང་བྱ་ལུད་ཀྱིས་བརྟེན།

དེ་ཆོ་ཤར་ཕྱོགས་ཅི་ནའི་ཡུལ་ནས་དགའ་རབ་མི་བྱའི་ཚུལ་བསྟན་གྱིས།
 ཆོས་དང་སྲིད་ཀྱི་ཁྲིམས་དང་འགལ་བའི་སྒྲོ་ཉམ་གངས་རིའི་མདངས་འཕྲོས་ཏེ།
 དག་དམག་འབུམ་ཆོའི་རུ་སྒྲ་བསྐྱོར་ཅིང་ཞི་བདེའི་གླིང་ཕན་ཁྲག་མཆོར་བསྐྱར།
 དཔུལ་ཁམས་བཙོ་བརྒྱད་འདི་ན་འོ་ཞེས་ཉམ་ཐག་སྒྲིེ་སྒྲགས་བྲག་ཅར་བསྐྱེབས།

རྟིང་བཞི་ཅ་གཏོར་དར་ཆ་བསྐྱེདས་ཏེ་རྟེན་གསུམ་འབྱུང་བཞིའི་ཞལ་དུ་བསྟུབས།
 མངའ་བདག་གསུམ་པོ་རུལ་དུ་སྒྲོགས་ཞེས་བྲལ་དཔོན་པལ་ཆེར་བཙོན་དུ་བརྟུག།
 བཅིང་འགྲོལ་དམག་གི་ཁ་གཡང་སྒྲོག་བཞིན་ཁྱོད་ཤི་ང་གསོན་འཁྲུག་བྱིང་སྐབས།
 གང་ཡང་མ་ཉེས་ཞུ་ནག་བཀའ་སྟེ་ལོ་དུག་ཁྲིམས་དོང་ནོང་དུ་འཕངས།

སྐབས་འགར་རྟེན་རྒྱུང་གཤེ་གཤེ་ཁོ་ནས་ཉེན་མཆན་ཁོར་མོ་བྲས་གཉིད་བཅད།
 སྐབས་འགར་ཁྲི་སྟོང་ཆོགས་པའི་དབུས་སུ་ཉེས་མེད་སྒྲོན་བརྗོད་དོ་ཆར་པལ།
 སྐབས་འགར་ལྷན་ལྷན་སྟུན་དོང་ནོང་དུ་ཞག་གངས་དུ་མ་འཕངས་སུར་ཁྱུང་།
 སྐབས་པའི་གསུང་གི་རིན་ལ་བརྟེན་ནས་དགའ་ངལ་མ་བྱུང་བདེན་གཏམ་བསྐྱགས།

ཕྱི་ཡི་ནམ་ཐར་སྐྱར་མོའི་སྒོང་ནས་ནང་གི་ནམ་ཐར་གཟེ་འོད་འབར།
 གསང་བ་ལས་བཞིའི་ཕྱིན་ལས་ཁོ་ནར་སྐད་ཅིག་ཅམ་ཞིག་མ་གཡོས་སྐད།
 སྒོ་བྱར་ལོ་དུག་དུས་ལས་ཡོལ་ཏེ་པ་ཡུལ་འགྲོ་ཆོག་མཐོང་མཆན་བསྐྱལ།
 ངན་ངོན་འཆོ་ཐབས་ཤིན་ཏུ་སྒྲོ་ཡང་ཆོག་ཤེས་དབུ་འཕང་དགྲང་ལས་མཐོ།

དམར་པོའི་སོ་བ་སྒྲོག་ལས་ལྷུང་ཡང་དད་པའི་ལར་ཞེན་ལྷོག་མེད་གྱིས།
 ལོ་མང་འབུལ་བའི་གདུང་ཡུས་སྒྲི་མོས་ཁྱེད་ལ་མཇལ་ཁའི་འཆང་ཁ་ཁྱུར།
 མ་འོངས་གངས་ཅན་མདུན་ལམ་ཆེད་དུ་རང་གི་བདེ་འཇགས་ཅ་ལྟར་དོར།
 བོད་ཀྱི་རིག་གཞུང་གཅེས་འཛིན་དགོས་པའི་མགྲིན་གསང་མཐོན་པོ་ཀུན་ལ་བསྐྱགས།

བྲ་བྲང་ཅ་དངོས་གཞུང་བཞེས་བགྱིས་ཤིང་ལོ་དུག་མ་ཉེས་ཁྲག་དགྱིས་ཁྱུང་།
 དཀོར་སྐྱིབ་ལན་ཆགས་ཅད་ནས་ཞི་ཞིང་སྐྱགས་དམ་བོགས་ཐོན་དམར་འོ་ཞེས།
 དགྲེས་པའི་མགོ་བོ་ལན་མང་ལྷེ་མ་ཞིང་ནང་མའི་འཁོར་ལ་གདམས་པ་སྟེ།
 ལྷང་བའི་དགྲ་ལ་འཁོན་ལན་མེད་པས་སྤར་མ་ཁྱེད་ལ་སྒོ་གཏད་དགའ།

རིག་གནས་གསར་བརྟེན་རྒྱུང་དམར་ཁྱོད་དུ་གངས་སྐྱག་སྐྱག་བསྐལ་མ་བཟོད་དེ།
 སུམ་སྟོང་བརྒྱད་བརྒྱའི་སྟོད་མག་གྲར་པའི་འབྲི་སྒྲོངས་ཁམས་པའི་སྐྱེ་འཇུགས་གྱིས།

བཅན་ཚྲོལ་རྒྱལ་སྒྲོབ་ལས་འགལ་སྒྲུར་ཡང་བདེན་པའི་ངར་སྒྲ་ཆེར་བསྒྲགས་ཀྱང་།
དམ་སེམས་ཆེ་བའི་གྲང་ཞག་དམར་པོའི་དེང་རབས་འཕྲུལ་མདའི་འབེན་དུ་གྱུར།

རྒྱལ་ཕུང་དམངས་གཞི་མིང་འཛུགས་ཀྱི་སྒྲུལ་མདའ་རོང་དུ་སྒྲུར་ཡང་བྱིད།
མ་བྱས་བྱས་རབས་རི་ལྷར་བཀལ་ཅིང་གཅེས་སྒྲིག་རྩོན་མོར་སྒྲུབ་ཐག་བཀོད།
གངས་རིའི་ལྗོངས་ལ་དུང་ཞེན་ཆེ་བས་ལོ་རྒྱུས་ནག་པོའི་ཉིན་ཐོ་བྲིས།
བདེན་པའི་དབྱ་འཕང་ཉི་ཟླར་མཉམ་ཡང་རྩུན་པའི་དབྱང་ལས་ཤིན་ཏུ་ཕམ།

མལ་གདན་གྱུ་བཞིའི་སྒོང་དུ་ཉལ་ཏེ་བྱུང་རིམ་ཞིབ་དབྱུང་བྱེད་ཐེངས་རེར།
བདེན་པའི་གནས་ལུགས་གདོང་འཛིག་མཐོ་བའི་ས་ཡ་དུག་གི་སྒྲུགས་པ་ཞིག །
བསེལ་ལྷན་ལྗོངས་ལ་འཕྲེང་སེམས་ཆེ་བས་རང་སྒྲོག་གཏོང་ཀླུ་ལྷན་མེད་ཅིག །
བསྟན་སྲིད་འཆར་ཡན་སྟོང་ལ་ཉར་བའི་གངས་ལྷག་གཅིག་གི་ལས་དབང་ཆོར།

རྒྱལ་གཅེས་དཔའ་བོའི་སྟོང་སྟོབས་འདི་ལ་འགྱུར་མེད་རྩི་རྩེའི་བཅན་རྫོང་ཞིག །
གཞིས་བྱེས་བོད་མིའི་སྐྱུགས་རེ་འདི་ལ་སྒྲུལ་ལ་ཉེ་བའི་ཁོར་བྱ་ཞིག །
བསྟན་འཛིན་རྒྱ་མཚོའི་མཛད་རྩེས་འདི་ལ་རྒྱ་བོད་གཉིས་སྒྲན་རྩི་རིང་ཞིག །
མདོར་ན་ཐམས་ཅད་སྟོགས་སུ་བསྟོམས་ན་སྤྲ་ན་མེད་པའི་ཞི་བདེ་གཅིག །

རིན་བྲལ་ཁོར་བྱ་རྩི་ཡིས་བཅག་ན་སྒྲུར་ཡང་གསོ་བའི་རེ་བ་བྲལ།
དམར་རྩེ་སེམས་པ་ལུས་དང་བྲལ་ན་སྒྲུར་ཡང་འཆོ་བའི་ལོ་རྒྱུས་དཀོན།
ས་ཡ་དུག་གི་བྱུང་རིམ་སྒྱུར་མོ་ཉག་ཏུ་ནག་བསུབ་སུ་ཡིས་སྐབ།
ཤ་དང་ཁྲག་གི་འཁོན་ལན་འདི་ནི་གང་གིས་བརྟེན་ན་པོ་མྱོང་མིན།

གཞན་དོན་ཁོན་སྐྱུགས་ལ་བཅངས་ཀྱང་རང་སྒྲོག་ཤོར་བར་མ་འགྱུར་དམ།
མེ་མདའི་སོ་ཁ་བྱང་ལ་གཏོད་དུས་སེམས་ལ་འཛིགས་སྒྲག་མ་བྱུང་ངམ།
གཅིག་སྐུ་བཤུལ་རིང་འཕྲང་ལ་འགྲིམས་ཆེ་ཟུང་ན་སྟོན་མ་མ་སྒྲིས་སམ།
ཁྱོད་ཀྱི་ཐོག་མའི་དམ་བཅའི་རི་མོ་ད་དུང་འགྱུར་མེད་ཞེ་ཡིན་ནམ།

ས་ཡ་དུག་གི་བདེ་དོན་སྐྱབ་ལ་ཁྱོད་མིན་ཤི་གསོན་འགའ་ཡང་འདུག །
སྟོན་པ་བྱ་གཅིག་ཟུར་དུ་འཐོན་དགོས་ཁྲལ་ངན་འདི་འདྲ་སུ་ཡིས་བཀལ།
རང་དོན་སྐྱབ་པའི་འཛོན་ཐང་མེད་ན་གཞན་དོན་སྐྱབ་ཁྲལ་སྟོབས་པ་འདི།
རང་སྐྱུག་གཞན་གྱིས་སྤེལ་བའི་རྒྱ་ལས་རྒྱལ་ལྗོངས་བཅན་པོ་ཅི་ཞིག་ཡིད།

རང་དབང་རང་བཅན་བོད་ལ་ཐོབ་ཀྱང་ཁྱེད་ལ་དགའ་རྒྱ་ཅི་ཞིག་ཡོད།
 སྤྱི་ལ་ཕྱག་བོད་མིར་བདེ་སྦྱིད་བྱུང་ཡང་ཁྱེད་ལ་འཕྲོད་བྱ་གང་ཞིག་ཡིན།
 མདོར་ན་བསེལ་ལྡན་གངས་རིའི་ཆེད་དུ་གཅེས་པའི་སློག་ཀྱང་བཏང་གུར་མོད།
 ཟུངས་ཁྱག་དམར་པོའི་ཐིགས་པ་རེ་རེར་རིན་ཐང་འཇལ་མཁན་ག་ཆོད་འདུག །

སྦྱ་དག་བཅན་པོ་བོད་རྗེར་འབོད་ཀྱང་དོན་དུ་ཁྱེད་པའི་བླ་ཆོག་གཅིག །
 དགའ་ལྡན་པོ་བྱང་བོད་གཞུང་འབོད་ཀྱང་དོན་དུ་བཅན་པོའི་སྤྱི་བྱང་གཅིག །
 ལྷ་ལྡན་དག་པའི་ཁིང་ཁམས་འབོད་ཀྱང་དོན་དུ་དམར་པོའི་བཤམ་ར་གཅིག །
 བོད་མྱེད་ཆབ་མཐོང་གསར་རྟེན་འདི་ལ་བསམ་ཆེ་སྦྱིང་གི་ན་ལྷོག་གཅིག །

གངས་རིའི་མྱེད་ཀྱི་མཐུན་ལམ་གཞོད་ན་པ་གསོད་དག་དང་ཁྱེད་པར་མེད།
 དམར་པོ་རྒྱ་ཡི་ཁྱེད་ལས་བསྐྱབས་ན་རང་རིགས་ཡིན་ཀྱང་སྦྱིང་རྗེ་སྦྱོང་།
 ཏུ་ལའི་སྤྱི་མའི་མཛད་སྤིན་ཞོལ་ན་ས་ཡ་དུག་གི་སྦྱི་དག་ཡིན།
 ང་ཆོ་རྟག་དུ་དཔུང་ལྷགས་སྤྱི་ལ་ན་དཔའ་བོའི་ཁྱག་ལམ་མཛོད་འདོད་ཀྱི།

གཞན་དོན་རང་སློག་པངས་མེད་ཕྱིན་འདིས་སྦྱོད་འདུག་བཟོད་བྱ་དོན་ལྡན་བཅུས།
 འཕྲེང་སེམས་རབ་དཀར་ཁིང་ལ་ཆགས་འདིས་སེང་ཕྱག་ངོ་མའི་རང་ཁལ་ངོམས།
 བེམ་ཤེས་བྲལ་བའི་རྒྱ་བ་རེ་རེས་ལོག་སྦྱོན་འཁོར་གྱི་མགོ་འཕང་སྦྱང།
 མདོར་ན་ཁྱེད་ཀྱི་མཛད་རྗེས་རེ་རེས་རྟག་དུ་རྒྱལ་ཁའི་བསྟོད་སྦྱ་ལེན།

ཉམས་དགའི་རྟ་སའི་གངས་ཅན་སྦྱིད་ཤོད་རང་གཞུང་སྤིང་ཁྱེད་ཀྱི་རྒྱ་ངོ་ཆོས།
 དམར་པོའི་རྒྱ་ཡི་དཔུང་བེལ་མ་བཟོད་རང་དབང་གཅོང་མའི་དར་ཆ་པག།
 བྱང་ཁྱེད་ཕྱ་རྟུར་སྤིགས་ར་བསྐྱལ་ཅིང་སྦྱོན་བྱུང་དཔུལ་ལ་ཅེར་བའི་སྐལ་ས།
 གཅེས་སློག་གཏའ་མར་བཞག་སྟེ་ཐེབས་པར་གཞོང་འཁྱོད་སྦྱི་མོ་མ་བྱུང་ངམ།

གཞིས་ལུས་ཕུ་རུའི་འགྱུར་མེད་ལ་རྒྱར་བྱེར་འདང་ལན་གཅིག་བྱས་པ་ན།
 ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་མཛད་སྤིན་འོད་སྦྱང་སྤིང་བཞིར་ཕྱོགས་འདིར་བསམས་པ་ན།
 རྒྱལ་སྤྱིའི་སྤིངས་ཆར་བོད་དོན་དར་ཆ་ལྷན་ལྷན་གཡོ་འདི་མཐོང་བ་ན།
 ཏ་ཅང་ཕྱགས་སེམས་སྦྱོ་སྦྱོ་དགོས་པའི་གནས་ཚུལ་ངན་པ་མི་འདུག་ལགས།

ལས་འབྲས་བསྐྱུ་བ་མེད་རབས་བདེན་ན་ཁྱེད་ཀྱི་རེ་དོན་འགྲུབ་པར་ངེས།
 ཆོས་སྤང་གཏམ་རྒྱུད་སྤང་གཏམ་མིན་ན་བར་ཆད་འཆེ་བ་སློག་པར་ངེས།

རྒྱ་པོད་དོ་རིང་བྲང་གཏམ་ཡིན་ན་བདེན་པར་རྒྱལ་ཁ་ཡོད་པར་ངེས།
ཨ་རིའི་སྲིད་འཛིན་ལྷག་བསམ་ཡོད་ན་གཤིས་ལྷགས་ཁ་ནས་འཕོན་པར་ངེས།

ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་ན་ག་ཐིག་མ་ཤེས་ན།
ད་དྲུང་ད་ཆོ་འདི་ལྟར་འབྲེལ་སྲིད།

ཚངས་སར་འཕྲིན་ལས།

བཅན་པོའི་དམག་རྩའི་མཆན་སྒྲན་རིང་མོས་འཇམ་གླིང་གོ་ལའི་གསང་བ་ལྟལ།
ཐུང་མི་ཞེས་གྲགས་པ་འབར་ཆེ་ཤར་གླིང་དབུས་ན་བཞིན་ཅིང་མཐོ།
ཕྱགས་ཀྱན་བརྟལ་བའི་སྒྲིང་སྟོབས་བྲན་ཆེ་ཡ་ཚུང་སེམས་ལ་ལྷིད་ཆེ་ཡང་།
བན་ཡུལ་ཁྲོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ཡིན་པས་ད་ལྟ་ཚོའི་བགོ་སྐལ་མེད།

སེལ་བྱར་ཐོར་བའི་གྲིབ་གཟུགས་འོག་ནས་སྤང་སྲིད་ཐམས་ཅད་ལྟ་བུ་བརྟུས།
རྟོག་བཏགས་སྒྲུ་མའི་རྒྱ་ལ་ཞེན་པས་ཁ་བའི་དར་གིང་མང་ནས་འབྲེལ།
མི་འདོད་བཞིན་དུ་བཅན་གྱིས་ཁྲིད་པའི་ལོ་མང་གཏམ་བའི་ཁྱར་ཆེན་དེ།
ལྷེ་ཡང་འཇལ་བའི་རྒྱ་མ་དགོས་ན་ལོ་རྒྱུས་ངོས་ཀྱི་ན་ག་ཐིག་ལྟོས།

ས་སྐག་སོགས་ཀྱིས་རྒྱབ་སྟེགས་ཁྲོད་ནས་སྤྱན་ཟུང་སྲིད་སྟེག་གི་རྒྱན་ཐག་ཆད།
མུང་སོ་རྩོན་པོ་དག་ལ་མ་བསྐྱོར་རང་མའི་སྒྲིང་གི་དཀྱིལ་དུ་གཏད།
སྤྱི་དམངས་མཐོང་བའི་སྒོ་མིག་དོར་ནས་རང་གི་གོ་ས་ཚོད་དུས་དེར།
གདོང་དམར་ཆང་ལ་རྒྱད་པ་མང་ཡང་རྒྱལ་ཁ་སྒྲོམ་མཁན་ཉུང་ཙམ་མིན།

བཀའ་དགུ་འཁྲུགས་པའི་ཚོད་རྟོག་ཁྲོད་ནས་སྒྲུ་སྒྲུ་ཡིན་ཡང་དམག་ལ་ཞུགས།
རང་གི་བྱ་བ་མཐའི་ལ་རྒྱར་བྱག་ཆེ་སྟོན་པའི་བཀའ་ལ་སྤྱན་བཅོར་བཅོས།
རང་མི་གསོད་ཆེད་གཞན་རོགས་འཛོལ་བའི་བྱི་ནང་མེད་པའི་སྤྱན་ནན་ཆོས།
རྒྱད་པའི་ཅ་བ་སྤྲེལ་བྱས་པས་ཁ་བ་ཆང་གི་དུག་རྒྱས་བསྐྱགས།

མེ་མདའི་ཐག་རྒྱས་སྟོག་ལ་རྒྱུ་ཡང་འཛིགས་བྲལ་སྟོབས་པའི་གོ་བླབ་ཐོན།
རང་གི་ཆེ་སྟོག་མེ་རུ་བསྟོན་ཏེ་ཁ་པའི་བདག་དབང་ཚུང་བཞིན་དུ།
ཤི་གསེན་དུ་མའི་རེ་བའི་འོད་སྣང་བྱི་རབས་སྟུན་ལ་བཞག་པ་འདི།
ཁ་གཡང་ཁྲོད་ཀྱིས་རྒྱགས་བཤད་མ་ཡིན་སྟངས་ལོགས་ར་པའི་འཕོང་བར་ཡིན།

རྒྱུ་མཛོག་གངས་ལས་དཀར་བས་གངས་མེད་དཀར་མོའི་ཆ་བོ་ཡིན།
 རྒྱུ་མཛོག་འབྲུང་འབྲུང་ཁྱགས་ལྷན་པས་ཞི་བདེའི་ལྷ་བྱའི་སེམས་པ་ཡིན།
 རྒྱུ་མཛོག་ལྷགས་ལ་ཤེས་བྱས་ལྷག་པས་རྒྱལ་མོ་རྒྱལ་རྒྱའི་ལྷ་བས་མེད་ཡིན།
 རྒྱུ་མཛོག་པམ་ལ་མོ་རྒྱུངས་ནས་སེམས་པའི་གངས་ལྷག་སྤྱོད་གི་མ་མ་ཡིན།

རྒྱུད་ནི་ཉེན་མོངས་དུག་གསུམ་ཚ་གདུང་སེལ་བྱེད་གྱིས་སྒྲིན་གདུགས་དཀར་ཡིན།།
 རྒྱུད་ནི་དབྱངས་གསལ་གཤང་ལས་སྒྲོབ་པའི་རིག་པའི་གསེར་མེག་ཉ་མོ་ཡིན།།
 རྒྱུད་ནི་ཡོན་ཏན་བརྒྱུད་ཀྱིས་གང་ཞིང་རྣམ་དཀར་རྟེན་མཆོན་གསེར་བུམ་ཡིན།།
 རྒྱུད་ནི་བསམ་ཞིང་སྲིད་པར་གནས་ཀྱང་ལས་ཉོན་མ་གོས་པ་སྣ་ཡིན།།

བྱེད་ནི་དམ་པའི་ཆོས་སྒྲོག་མཁན་ཆོས་ཀྱི་དྲུང་དཀར་གཤམ་འབྲིལ་ཡིན།
 བྱེད་ནི་ཆོས་གསུམ་འཐེན་འཁྱེར་སྐྱུར་མོ་གཅིག་ཏུ་སྒྲིལ་མཁན་དཔལ་ལེན་ཡིན།
 བྱེད་ནི་ས་རོལ་པས་སྐོལ་བཅོམ་སྟེ་མཆན་དཔེ་བསྐྱབས་པའི་རྒྱལ་མཆན་ཡིན།
 བྱེད་ནི་གདུལ་བྱའི་མོས་ཁམས་འཆམ་པའི་ཆོས་སྒྲོལ་ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་ཡིན།

ཁྱད་ཀྱི་དྲངས་གཙང་རྒྱ་མཚོའི་ཤོང་དུ་རིག་པའི་གསེར་མིག་འབྱུག་འགྲོས་ཅིན།
 ཁྱད་ཀྱི་ལྷག་བསམ་མི་རུབ་ལྷ་བ་བསེལ་ལྷན་སྤེལ་ཞིང་སངས་འཇུག་།
 ཁྱད་ཀྱི་ལ་རྒྱའི་རི་བོའི་ཅིང་དུ་དབྱངས་གསལ་སོ་བཞིའི་བ་དན་བཞེངས།
 ཁྱད་ནི་ལྷག་རུམ་ལྷན་བ་སེལ་མཁན་ང་ཡི་སེམས་ཀྱི་རྒྱ་བ་ཡིན།

ཞེས་པའི་ཏུ་བ་སྐྱུ་ལ་ཐང་པའོ་མགོན་གྱིས་མ་ཕུམ་ས་རྩ་དབུ་བརྟེས་པའི་ཉིན་མོར་ཁྱད་དམ་
བ་ལྟོ་བཟང་གྱུ་མཆོ་མཆོག་ལ་བཀའ་བྱིན་རྗེས་ཏུན་གྱི་མཆོད་པ་བཀ་ཤིས་ཉགས་བརྒྱད་གྱི་ལམ་ནས་བྱ་
དག་པའི་ལྷན་ཆོག་གྱུར་ཏུ་འདི་མེ་ཉོག་ཁྱུང་ཡང་མཆོད་པའི་རྩས་སུ་ཤོ།།

སྒྲིག་གི་ལོ་ལྟོ་

འདབ་པ་ཆེ་དབང་མགོན་པོ་ས། (འགྲན་ཚོམ་ཁོང་ཡང་གསུམ་པ།)

སྐབས་གསུམ་གྲོང་བཞིན་རབ་ཏུ་མངོས་པའི་བྱ་ཆོད་ཡུལ་གྱི་ཤར་ཕྱོགས་སུ།
རབ་དཀར་ཤེལ་གྱི་ཕུང་པོ་ལྟ་བུའི་མཆོར་སྒྲིག་ལང་ཆོའི་གཟི་མདངས་ཅན།
ཁོ་བོའི་སེམས་ངོར་ནམ་ཡང་འགྱུར་མེད་གཞིམ་གཞིག་བྲལ་བའི་སྒྲིང་སྒྲུག་སྟེ།
ན་ཆུང་དུས་ནས་རབ་ཏུ་འདྲིས་པའི་དོ་རྩེའི་བྲག་བཞིན་མངོན་པ་མོ།

ཡང་ཡང་སེམས་ཀྱི་སྒྲུང་ངོར་ཤར་བའི་ཁ་འབྲས་མཆོར་སྒྲུག་འདི་ལྟ་སྟེ།
ཤ་ཚུགས་དཀར་པོ་གངས་རིའི་མདོག་བཞིན་ཡིད་འཕྲོག་ལྟ་ཡི་གཟུགས་བརྟན་བཞིན།
གཡུ་ཡི་སྒྲིན་མ་རབ་ཏུ་གཡོ་བའི་ཕིར་གྱིས་འཐེན་པའི་བརྟན་རིས་བ།
སྒྲིན་མིག་རི་རྒྱལ་སྒྲུན་པོའི་ཚེ་ནས་ལེགས་པར་བཞད་པའི་སྐར་ཆེན་ལྟར།

མཆུ་སྒྲོས་བྱ་བའི་དམར་མདངས་ལྡན་ཞིང་རབ་ཏུ་འཇམ་པའི་རིག་བྱ་ཅན།
གནག་སྒྲུམ་སྒྲ་ལོ་བུང་བ་ལྟར་ནག་འཕྱང་འཕྱང་གཡོ་བའི་མངོས་སྒྲུག་གོ།
བྲག་གཉིས་རྒྱུང་སྒྲུམ་མཉེན་འགྲགས་སྒྲ་བའི་གར་སྒྲུབས་བདེ་བའི་ཡན་ལག་ཅིག།
རབ་དཀར་ལུས་ལ་བྲི་ཞིམ་བྲུབ་ཅིང་དོ་རྩེ་ལྟ་བུའི་རྟེན་མེད་དོ།

ཞལ་རས་སྒྲ་བཞིན་དཀྱིལ་འཁོར་རྫོགས་པས་ཆངས་ཐིག་བཏབ་ཀྱང་སྒྲོན་མེད་དེ།
ནམ་ཡང་ཡིད་ལ་གཏན་དུ་འཇགས་པའི་བརྟེན་མེད་སེམས་ཀྱི་རི་མོ་ལགས།
ཡུན་དུ་བྲལ་བའི་གདུང་བ་དེ་ནི་ཁོ་བོའི་སྒྲིང་གི་ན་ཟུག་སྟེ།
མངལ་བའི་བསྐྱལ་བ་དེ་བས་སྒྲོང་བ་ནམ་རྟོག་སྒྲུང་ངོར་ཡང་ཡང་ཞིག།

འཆར་བ་དེ་ཡིས་བྱེད་ལ་བཅོལ་བའི་རེ་འདོད་བྱེད་པ་ལན་གཅིག་བཞིན།
བརྟེན་མེད་སེམས་ཀྱི་གདུང་བའི་འཕྲིན་ཕུང་ཕུར་བར་བྱེད་ཏེ་བྱ་ཆོད་ཡུལ།
སྒྲིང་གི་མངོན་པ་མོ་ཡི་བྲག་ཏུ་མ་འཆུགས་སྒྲོད་པར་སྒྲོད་ཅིག་དང་།
རེ་བཞིན་སྒྲངས་པར་བསྐྱགས་བརྟེན་ལ་སོགས་ལམ་བཤད་ལན་གཅིག་བྲས་ན་འདི།

བསྐྱལ་པ་བརྒྱ་ཕྱག་ས་མཚམས་ཀྱི་དུས་བལ་པོ་ཞེས་པའི་རྒྱལ་ཕྱན་ཞིག །
 རྒྱ་དང་རྒྱོ་སོགས་ཤིན་ཏུ་ཡོངས་པའི་ཡི་དྲགས་གྲོང་བཞིན་ཡུལ་ལུང་དེར།
 དབང་ཆེན་དཔོན་པོས་མངའ་དབང་བསྐྱར་ཏེ་བཟའ་བཏུང་ཡོངས་སྟོན་དབུལ་ལགས་པས།
 ཡུན་དུ་མ་སྟོད་ཤར་མར་སྟོན་ཅིག་ལེ་བར་སྟོང་གི་བར་མཚམས་སུ།

ཀེ་ལ་ཤ་ཡི་རི་རྒྱལ་དབུས་སུ་སྒྲན་དུ་གྲགས་པའི་གངས་ཁྲོད་ནི།
 རོ་མོ་སྒྲང་མ་མིང་དུ་འདྲོགས་པའི་གོ་ལའི་ཡོངས་ཀྱི་རི་རྒྱལ་ལོ།
 གངས་སེང་དཀར་མོས་ངར་སྒྲ་འབྲིན་ཏེ་འདྲིགས་རུང་གནས་སུ་མཐོང་ན་ཡང་།
 སོམ་ཉི་དྲུ་བ་ཡི་ནས་བཅད་དེ་མ་འཆབ་ངང་གིས་སོང་ཞིག་དང་།

རྒྱང་རིང་མ་སྒྲིབས་དུས་ཀྱི་མཚམས་སུ་ངོ་མཚར་ཆེ་བའི་རི་པོ་ནི།
 གཡུ་འབྲུག་ཐོན་པོ་དགྲང་ལ་འཕྱོ་འབྲ་མཐོ་སྒང་བཅན་པོའི་སྒྲ་རི་སྟེ།
 ལོ་ངོ་སྟོང་གི་གོང་དུ་གྲགས་པའི་ཡར་སྐྱངས་ཡར་ལྷ་ཤམ་པོ་ཟེར།
 བྲེ་སེར་འབྲོང་གིས་རུ་བརྟར་བྱས་པའི་རྗེས་ལུལ་མ་རུབ་ལྡན་ལགས་པས།

དམར་ཡག་སྒྲག་གིས་རྩམ་བཞིན་བསྒྲན་ཏེ་ཤ་སོགས་རི་དྲགས་གསོད་ས་དང་།
 བྱ་རྒྱལ་ཁྲུང་གིས་གསོག་ཆལ་ངོམས་ཏེ་དུག་སྐྱལ་གདོངས་ཀ་གཙོད་ས་དང་།
 རྒྱང་པོ་འདྲོ་བའི་གོམ་འགྲོས་བསྟོན་དེ་ལྷུར་མགྲོགས་རིང་ཐུང་ལྷ་ས་དང་།
 མཐོ་སྒང་བཅན་པོས་མངའ་ཆལ་སྐྱངས་ཏེ་རྒྱ་ནག་གོང་མར་འབྲན་ས་དང་།

འདྲིགས་རུང་ཞེས་སམ་ངོ་མཚར་ཞེས་སོགས་གདམ་ངའི་ཡུལ་དུ་གྱུར་པའི་ས།
 རྒྱམ་མང་འཛོམས་པས་རི་སྟོན་བགྲངས་ན་རྩོགས་ཐབས་མེད་པའི་བོད་ཀྱི་ཡུལ།
 གནས་ལུགས་རྟོགས་ནས་མ་གཡེང་སེམས་ཀྱི་ངང་ཚུལ་འདྲིན་ཏེ་མདོ་ཁམས་སུ།
 དན་གདུང་སེམས་ཀྱི་འཕྲིན་ཐུང་ཁྲེ་ཏེ་བྲེལ་འཆུབ་ངང་གིས་སྟོན་ཅིག་དང་།

ཡུན་རིང་མི་འགོར་ལེ་བར་བརྒྱ་ཡི་ལམ་རྟེན་ཅམ་ཀྱི་པ་རོལ་ན།
 ས་གཞི་མཐའ་དག་བྱེ་ཐང་ཁེངས་པའི་ཡི་དྲགས་གྲོང་བཞིན་ཡུལ་ལུང་སྟེ།
 སོག་དམག་ལྷ་པ་ལྷན་ཅིག་བསྐྱེབས་ནས་གཙང་པའི་མགོ་སྟེ་གཙོད་ས་རེད།
 ལུ་གེ་ལོ་བརྒྱ་འཁོར་བ་བཞིན་དུ་སྟོ་ལྷང་སྟོང་པས་གཞིས་རྩེར་གྲགས།

དེ་ནས་སོང་སྟེ་ལེ་བར་བརྩུ་ཡི་ལམ་ཞིང་ཅམ་གྱི་ཕ་རོལ་ན།
 སྤྲིད་པ་ལྟ་ཡི་གྲོང་ཁྱིམ་འཕྲིམ་བཞིན་ལྟ་ལྟ་ཞེས་པའི་ཡུལ་འཁོར་ཞིག །
 མཐོ་རིས་གནས་སུ་སྤྲུམ་ཅིན་གྲོང་ཡང་ཁེངས་པ་དོར་བའི་མངོས་སྤྲུག་སྟེ།
 སྤྲུམ་ཞེས་ས་ཡི་མངའ་དབང་བསྐྱར་བའི་བཅན་པོ་སྤོང་བཅན་རྒྱལ་སར་གྲགས།

དགྲུང་སྟོན་དཀྱིལ་དུ་གིན་ཏུ་བྱུག་པའི་ཕོ་བྲང་རི་ཕོ་བྲང་འཛིན་ཏེ།
 རྒྱང་གཞི་དཀར་པོ་རྩོལ་ས་བྱུབ་པའི་གིན་ཏུ་བཞུགས་པའི་ཅིག་པ་ཅན།
 རྒྱང་ཕོ་བྲང་དཀར་པོ་བྲང་པོ་ལྟ་སྟེ་ར་འབྲུག་པའི་ཁར་ཅིན་སྟེང་།
 ལྷག་གི་རྒྱ་མཚོ་རྒྱང་གིས་གཡོ་ལྷར་སྐར་ལྷའི་དར་ཆེན་ལྷབ་ལྷབ་འབར།

སྟོང་དང་སྟོང་ཁུང་གྲངས་ཀྱིས་མི་ལང་སྤང་ཆང་བཞིན་དུ་འཕྲང་འགག་སྟེ།
 ཉེས་སྟོན་མི་ཡི་ཞེ་ཅ་བཅད་ནས་སྟོག་གསོད་བྱེད་སའི་བསྟེ་གནས་ཤིག །
 རྩོ་སྐྱུ་རིང་ཕོ་བྲང་དུ་གཟར་བའི་གཡས་ཀྱིག་གཡོན་འཁྱོག་གྱུ་གྱུ་དེར།
 ཆ་རོང་ཟླ་བབར་སྤྲེལ་བཟུང་སྟེ་བྱི་མའི་ལྷ་ལམ་རྩོང་སར་གྲགས།

བཅན་པོའི་དཔུང་གི་རུ་དར་སྤོང་བཞིན་སྤྲུགས་དང་རྒྱལ་མཚན་བཅུགས་པ་ནམས།
 ཉམ་ཆུང་མི་ཡི་སྟེང་ཅ་འདར་བྱེད་འཛིགས་རུང་མཚོན་ཆ་རྣོད་པོ་རེད།
 ཏྲ་མན་ཅིག་པ་མི་ཞིང་འཕོར་ལྷར་ལྷགས་རི་ནར་ནར་སྤྲུང་ཅན།
 སྤྲུང་ག་ཆོགས་འདུའི་ཆིབས་ཏྲ་འགོག་བྱེད་དུང་འགོ་བཅོན་ཁང་ཆེན་པོ་ཞིག །

ལོ་རྒྱུས་རིང་པོ་སྟོང་རོར་ཤར་བུལ་ཁང་བབར་སྟོང་གིས་འགྲན་མེད་འདི།
 མགོ་ནག་པོད་མི་བ་བཀག་བྱས་ཏེ་དཔུ་ཁལ་ལོ་མང་བསྐྱུས་པའི་རྩེས།
 གནམ་གྱི་སྤོང་བཅན་སྐྱམ་པོ་དང་ནི་བ་ཏྲོར་གོང་ས་ལྷ་པ་གཉིས།
 སྟོང་དང་རིག་པ་ལྟན་ཅིག་བཞེབས་ནས་རང་ཉིད་བསྐྱུང་བྱིར་བཀོད་པ་ལགས།

ཁང་བབར་དཀར་པོའི་སྟོང་སྟོར་བསྐྱུན་པའི་ར་སའི་འཕུལ་སྤང་གཙུག་ལག་སྟེ།
 བལ་པོའི་ཁྱི་བཅུན་ཕྱག་རྩེས་འཛིག་བྱིར་བཅོམ་སྟོང་གིས་བསྐྱུན་པ་ཞིག །
 རྒྱུ་རྩོ་པོའི་སྤྲུ་རྟེན་ཆེན་པོ་སྤྲིད་གསུམ་དོ་མཉམ་ལྟན་ཡོད་པས།
 ཆོལ་གསུམ་པོད་མིས་སྟོང་ལ་གཏད་དེ་ཕྱག་དང་སྟོར་བ་ལྟེན་རི་རི།

འདིགས་སུ་རུང་བའི་གོ་མཚན་ལྟན་པའི་མི་སྟོན་དང་ནི་གོས་སྟོན་ཅན།
རྒྱན་གྲངས་པོའི་དྲག་གཞོན་བྱེད་པོ་སྤྱི་བདེ་ཅུས་སམ་ཉེན་རྟོག་པ།
དཔུལ་བའི་ལྷགས་ཁང་སྟོ་མེད་ལྟར་མཚུངས་ཤིན་ཏུ་གང་པའི་ཁང་ནག་དེ།
ལྷ་ཡི་ཡུལ་དུ་འདྲེ་ཆང་བཞིན་དུ་ག་བཞིའི་བཅོན་ཁང་ཉིད་ལགས་པས།

ཐོག་བཞེགས་དག་ཅན་བཅན་ཐོང་ལྟ་བུའི་ར་སྟོར་མང་བའི་དཔངས་མཐོ་སྟེ།
ཡིད་སྟོ་གནས་སུ་ཆེ་ཆེར་གྱུར་པའི་གཞང་ཁང་དང་ནི་སྤྲག་ཁང་སོགས།
ནམ་དུས་བྱུང་མེད་འདྲེ་ཆོགས་བཞིན་དུ་གཅེར་བུར་རྒྱ་བའི་བྱུང་མེད་དག
བོད་ཁམས་ཡུལ་དུ་རེག་དུག་འདྲེན་པའི་རྒྱ་སོག་རྣམས་ཀྱི་འདུད་མཐུན་མ།

ཤ་ཆེལ་ཁྲག་སོགས་རབ་དུ་ཐོར་བའི་བཤན་ར་འདྲ་བའི་ལམ་མདོ་རྣམས།
རྒྱན་གྲངས་པོས་ཁྲེལ་མེད་ཆོད་དེ་ཉམ་རྒྱུད་བོད་མི་གསོད་ས་ལོ།
ལམ་གསུམ་མདོ་རུ་སྤྱང་གི་ཟུག་བཞིན་མོ་ཏ་དཀར་ནག་འདུར་རྒྱག་དག །
མགོ་ནག་མི་རིགས་ངན་ཁག་གཡོགས་ཏེ་འདྲིན་ས་དང་ནི་རེག་ས་རེད།

ལྟར་མགྲོགས་རྒྱས་པ་འབྱམས་སྤྲག་ལྟན་པའི་རྒྱུད་ནག་བཞིན་པའི་སྤྱིན་དཀར་ཁྱེད།
འདྲིར་སྟོགས་མ་གཡེངས་སྐྱད་ཅིག་ཉིད་ལ་འཕྱིན་བྱུང་ཁྱེད་ཏེ་སྟོད་ཅིག་དང་།
བོད་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་ཐོག་མར་གྲགས་པའི་བཅན་པོ་གཉའ་ཁྲིའི་འཁྲུངས་ཡུལ་ཏེ།
དེང་གི་དུས་འདྲིར་གོང་པོ་ཞེས་བྱ་ཁྱེད་ཀྱི་འགོ་ལམ་འདྲི་ཉིད་ཅམ།

ཆང་ཆེང་སྤྲག་པོས་རབ་དུ་ཁེངས་པའི་གཅན་གཟན་ངར་སྤྲ་འབྱེན་ས་ལགས།
གྲོག་རོང་གཅོང་རོང་ཤིན་ཏུ་ཟབ་པའི་ཆུ་སྤྲ་རྒྱུད་སྤྲ་ཆོར་ས་ལགས།
སྤྲག་ཅ་མང་པོས་ས་གཞི་བྱུང་སྟེ་དུག་སྤྲལ་ཆང་དག་བཅའ་ས་ལགས།
བྲག་དང་བྲག་སྐྱེབས་སྤྲག་ཐག་ཟབ་པས་འུག་པའི་ཏ་ཏ་དགོད་ས་ལགས།

གཡུ་འབྲུག་སྟོན་པོ་ཁ་སྟོད་འདྲ་བའི་གམ་མོ་ཞེས་བྱའི་རོང་ས་སྟེ།
དུག་གི་ལས་སྟོར་རབ་དུ་ཆེ་ཞིང་རྒྱུད་རིའི་མགོན་པོ་གསོད་ས་གྲགས།
ཡུལ་གྱི་ན་རྒྱུད་མཚོར་སྤྲེག་ཅན་གྱི་ལང་ཆོའི་མཛེས་སྤྲག་སྤྲད་ན་ཡང་།
གཡོ་སྤྱིའི་ལས་ལ་ཤིན་ཏུ་མཁས་པས་སྤེད་ལྟན་སྟེ་བོ་འདྲོམས་ས་ཡིན།

ནེ་ལུ་གསེང་ཕྱོད་པོས་ས་གཞི་གང་ཞིང་གཡུ་ཡི་རས་ཐགས་ཁེབས་འདྲ་འདི།
 ཆ་བའི་གོས་ཆེན་ཐང་ཞེས་གྲགས་པའི་མདོ་ཁམས་ཡུལ་གྱི་བྱེ་བྲག་རྩ།
 སོ་གཞོན་དར་མས་རལ་གྱི་འདུས་ཏེ་དཔའ་རྟགས་བརྩེད་ཉམས་སྟོན་ས་སྟེ།
 ག་དང་བགས་པས་རི་ལུང་བཀང་སྟེ་གཤིན་རྗེའི་གྲོང་དང་འགུན་ས་ལགས།

དེ་ནས་མ་སྟོད་ཤར་མར་བསྐྱོད་དེ་རྒྱ་བོད་གཉིས་ཀྱི་སོ་མཚམས་སུ།
 འཆི་མེད་ཞིང་ལ་རབ་རྩ་འགུན་པའི་སྟན་པ་འབར་བའི་བདག་གི་ཡུལ།
 སྟོན་ན་དཀོན་པའི་ལྷ་ཡི་ཡུལ་ལ་ཙོ་ཡང་འདྲི་པའི་གངས་རི་རྩམས།
 ཡ་མཚན་ཅན་གྱི་སྤྱད་བྱངས་ལེན་ཞིང་དགའ་བ་འབུམ་གྱིས་བྱིད་བསུ་བས།

རྟ་པོ་ཅང་ཤེས་ཆིག་པས་བརྩུངས་ཏེ་སྤྱིན་དཀར་བྱིད་ཉིད་ཆིབས་ལགས་འོང་།
 ལུང་དཀར་འབྲི་མོས་བེ་ལུ་བྱིད་དེ་ཞོ་དང་འོ་མ་འབུལ་ལགས་འོང་།
 གཡང་དཀར་ལུག་བྱས་འབའ་སྤྱོད་སྟེ་ཕྱིང་བ་སྤྱུང་བྱེད་ལགས་འོང་།
 བྱ་དང་བྱེ་ལུས་སྐད་ཅོར་འབྲིན་ཏེ་ལམ་གྱི་གསང་མདོ་བསྟན་ལགས་འོང་།

བཀྲ་ཤིས་རྟགས་མཚན་རབ་རྩ་བྱས་པའི་མདོ་ཁམས་བོད་ཀྱི་ཤར་ཕྱོགས་སུ།
 མཐའ་རྩམས་གངས་ཀྱིས་དོ་ཤལ་མགུལ་ཏེ་རྒྱ་སྐར་གྲོང་རྩ་སྟེ་བས་འདྲ་ཞིག །
 མེ་ཏོག་སྤྲོ་ཆོགས་དྲི་ཞིམ་འབུལ་པས་འཆི་མེད་བྱ་མོའི་ཅེད་ར་སྟེ།
 རི་བོ་ཤར་རུབ་ལྷག་ཕན་འགུལ་ཏེ་བསེར་བྱ་དྲི་བཞོན་ལྷང་ས་ལགས།

དགུང་སྟོན་ས་ལ་མ་ལྷུང་བཞིན་དུ་མཚོ་དང་མཚོ་ཆེན་ལ་སོགས་སུ།
 ངང་དཀར་རྒྱལ་མོས་གཤོག་རྩལ་ངོམས་ཏེ་གསེར་མིག་ཉ་དང་འགུན་འདུག་གོ །
 བྱ་རུའི་ཁུན་མས་ལན་བརྒྱུས་འདྲ་ནེ་ལུ་གསེང་མེ་ཏོག་ཁྲ་ཆེམ་དབུས།
 གཞོན་རུ་ལང་ཆོ་བརྩུག་སྟེ་བས་རྩམས་ཅེད་མོའི་འདུར་རྒྱག་ཤིག་རེ་རེ།

ཐང་དཀར་ཆོད་པོར་ངལ་བ་སྟེར་བའི་ཡུལ་ལུང་དེ་ཡི་ཐང་ཆེན་དུ།
 རྟ་ལོར་ལུག་གསུམ་རབ་རྩ་ཁེངས་ཤིང་གདོང་དམར་ཆང་གི་འབྲོག་ས་སྟེ།
 རི་རྩུང་ནག་པོ་ཐང་དུ་འབུར་འདྲ་སྤྱོད་སྟེ་སྤྱིན་དགུང་འབུར་ཅན།
 ཁོ་བོའི་སེམས་ཀྱི་སྤྲང་ངོར་ལྷན་པའི་མེ་ཏོག་མ་ཡི་བཞུགས་གནས་ཏེ།

ཆུང་རིང་ཡུལ་ནས་ངལ་བཞིན་འཁྱེར་ཏེ་བཟོད་མེད་སེམས་ཀྱི་གདུང་འཕྲིན་དེ།
 དན་གདུང་རི་རྒྱལ་ཤིན་ཏུ་མནན་འདྲ་མེད་ཏོག་མ་ལ་སྤྲོད་པར་གྱིས།
 ཡིད་འོང་ཞལ་རས་མ་མཇལ་རིང་ཡང་སེམས་ཀྱི་སྒྲུང་ངོར་བཞེད་མེད་དེ།
 སེམས་གསོའི་སྐད་ཆ་མ་ཐོས་ཀྱང་པའི་མེད་ཏོག་མ་ལ་སྤྲོད་པའི་གཏམ།

བྲལ་བའི་དུས་ཡུན་རིང་དུ་སོང་ཡང་དགའ་བའི་ཆུང་མ་མ་སྤངས་ཏེ།
 བཅེ་གདུང་ཆོར་འདུ་སྐལ་བ་ཆད་འདྲ་མེད་ཏོག་མ་ལ་སྤྲོད་པའི་གཏམ།
 མི་ཆེ་འཆེ་ཐག་ཏེ་བར་སོང་ཡང་མེད་ཏོག་མ་ལ་སྤྲོད་པའི་གཏམ།
 འབྲལ་མེད་ལས་ཀྱི་གཏན་གྲོགས་ཀྱང་པའི་མེད་ཏོག་མ་ལ་སྤྲོད་པའི་གཏམ།

བཟའ་བཏུང་ལོངས་སྤྱོད་ཆུ་བོ་སྤང་བཞིན་ཆད་པའི་སྐལ་བ་མི་འཆར་ཡང་།
 འདྲོད་པའི་བདེ་བས་རབ་དུ་སོངས་ནས་མེད་ཏོག་མ་ལ་སྤྲོད་པའི་གཏམ།
 ལུས་ཀྱི་ངལ་བ་ཡེ་ནས་མེད་ཀྱང་ནམ་ཀྱི་གུང་མོར་སྤོང་ལྷང་སྟེ།
 བཅེ་བའི་བག་ཆགས་སྤྱིང་ཁར་བྱག་སྟེ་མེད་ཏོག་མ་ལ་སྤྲོད་པའི་གཏམ།

ཡུལ་ཕྱོགས་ཀྱན་གྱིས་འགྲན་པར་མི་བཟོད་འཕགས་པའི་ཡུལ་ཞེས་རྒྱལ་ཁམས་ཏེ།
 འདས་མ་དག་སྐུ་བདག་གི་འཆོ་ས་མེད་ཏོག་མ་ལ་བཤད་པའི་གཏམ།
 བཅུ་ཕྱག་རིག་པ་བྱེ་བའི་འབྲུང་གནས་གཙུག་ལག་ཆོས་ཀྱི་ཞིང་ས་སྟེ།
 རྩོན་བྱུང་མཁས་གྲུབ་གངས་མེད་བསྟེ་གནས་མེད་ཏོག་མ་ལ་བཤད་པའི་གཏམ།

ད་ས་ཞེས་པའི་གསལ་ལེ་རྒྱལ་འཆོ་གནས་བྱེད་པའི་བཞུགས་གནས་ཏེ།
 དཔྱིན་རིའི་བྱུང་མོས་མ་དདུལ་བཞག་སྟེ་འཁྲིག་སྤྱོད་ཆོང་ར་འདྲུགས་ས་ཡིན།
 ལམ་སུམ་མདོ་རུ་འཐམ་འཁྱུད་བྱེད་བཞིན་མཆུ་གཉིས་སྤྱོད་པའི་ཕོ་མོ་དག །
 ལུས་འཆོང་མགོན་པོའི་ཆོང་ར་བྲིམ་པ་མེད་ཏོག་མ་ལ་བཤད་པའི་གཏམ།

འདི་དང་འདི་འདྲའི་གནས་ལུགས་ལ་སོགས་ས་ཐག་རྒྱང་རིང་སྤྲོད་པ་སྟེ།
 བཅུ་ཡང་ཡིད་ལ་ལྷད་མེད་འཇགས་པའི་མེད་ཏོག་མ་ལ་བཤད་པའི་གཏམ།
 བཅེ་དུང་ས་བོན་རྒྱན་ཐག་བསྤྲོད་པའི་ཆོར་འདུ་སེམས་ཀྱི་རི་མོ་འདི།
 རབ་མཛེས་འཁྲིཤིང་འདབ་བཟང་བཞད་འདྲ་མེད་ཏོག་མ་ལ་བཤད་པའི་གཏམ།

བ་དྲུང་ས་བའི་རབ་བྱུང་གི་མཛད་ས་ལྟུག

ཚངས་ལྷན་ཀློག་དགའ།

དབང་མེད་དལ་གྱིས་བསྐྱོད་པའི་ཚུ་སྤྱིན་གྱི་ཕོ་ཉ།
ཟླ་གསུམ་དབྱར་རྩ་ལྷོ་བའི་གྲར་ཁང་ལ་བཅེབས་ཏེ།
མཚམས་སྤྱིན་སྤྱོད་མ་བཟུང་པའི་ལྷ་ལམ་གྱི་རོགས་ནས།
དུས་གྱི་གདུང་བ་བསེལ་ཏེ་དགའ་སྤྱོད་ལ་ཐེབས་རོགས།

དགུ་འཁྱར་བདེ་ལྷག་འཁྱུག་པའི་གསེར་མིག་གི་ཉ་མོ།
དྲངས་བསེལ་ཀློག་འགྲོ་རིང་མོའི་འཕང་བ་ལ་ཞོན་ཏེ།
ཡོངས་འདུ་སྤྱོད་བསངས་འབྱུང་བའི་དལ་བབས་གྱི་སྤྱོད་ནས།
བདེ་ལྷན་འཁྱུག་ཆལ་རོམས་ཏེ་དགའ་སྤྱོད་ལ་ཐེབས་རོགས།

འགྲོས་ལྷན་རྒྱུང་དམར་འཁྱུགས་པའི་ཅང་ཤེས་གྱི་ཉ་མོ།
མི་ཐོགས་ཀློག་འགྲོའི་ཤུལ་ལམ་གོམ་འགྲོས་གྱིས་བཅད་དེ།
ཡིད་འོང་པད་འདབ་རྒྱས་པའི་སྤང་སྤྱོད་གྱི་རོགས་ནས།
སྤང་སྤྱོད་འཆར་སྤྱོད་སྤྱོགས་ཏེ་དགའ་སྤྱོད་ལ་ཐེབས་རོགས།

དབྱིད་དཔལ་ལང་ཚོ་བསུ་བའི་འདབ་མ་ཡི་ཐེག་པ།
གོས་དཀར་ལྷ་དར་འཐེན་པའི་ར་བ་ཡི་སྤྱོད་ས་འདྲར།
གཡུ་སྤྱོད་གོས་གྱིས་བསྐྱབས་པའི་སྤྱོད་ཤིང་གི་ཚལ་ནས།
དུག་འཁྱར་སྤྱོད་ལ་བྱངས་ཏེ་དགའ་སྤྱོད་ལ་ཐེབས་རོགས།

ནམ་མཁའ་ལྟོབས་དང་བསྐྱེབས་པའི་བྱ་ཆུལ་གྱི་བྱུང་ཆེན།
ས་ཆེན་གོ་ལའི་རྒྱ་སྐར་རྒྱང་མངལ་ཞིག་བྱས་ཏེ།
མཁའ་ཡི་ཆུལ་མཆན་བསྐྱེམས་པའི་ཀུན་ཁྱབ་གྱི་དབྱིངས་ནས།
མཆེ་བ་དྲག་ཅན་འཛོམས་ཏེ་དགའ་སྟོན་ལ་ཕེབས་རོགས།

ཀུན་ལ་འོད་སྣང་འཕྲོ་བའི་རྟ་བདུན་གྱི་དབང་པོ།
ཡངས་པའི་ལྷ་ལམ་སྟོན་མའི་གུར་ཁང་ལ་ཞུགས་ཏེ།
དམར་སེར་མཆོམས་སྒྲིན་འདྲེས་མའི་བང་རིམ་གྱི་དོགས་ནས།
སྣང་མེད་རབ་རིབ་བསལ་ཏེ་དགའ་སྟོན་ལ་ཕེབས་རོགས།

མི་འདིགས་ང་རོ་སྟོགས་པའི་སྒྲེར་ཆགས་གྱི་ཆུལ་པོ།
ས་འཛིན་གངས་དཀར་ལྷན་པའི་མར་གད་གྱི་འདབས་ནས།
ཁ་བའི་རྩལ་མང་བཅེགས་པའི་བཞིན་རས་དང་འགྲོགས་ཏེ།
གཡུ་རལ་དགྲང་ལ་བསིགས་སྟེ་དགའ་སྟོན་ལ་ཕེབས་རོགས།

དལ་འགྲོས་བག་ཡངས་འཆོ་བའི་རུ་དམར་གྱི་འབྲང་ཚྭ་དྲ།
སྟོ་ལྗང་གཡུ་ལོ་འཁྲིགས་པ་ཁམ་གཅོད་གཅིག་བྱས་ཏེ།
སྟོ་བྱར་ལང་ལོང་འཕྱར་བའི་རྩ་རི་ཡི་གསེབ་ནས།
ཞེ་སྣང་ཁེར་འགྲོས་བསྐྱར་ཏེ་དགའ་སྟོན་ལ་ཕེབས་རོགས།

འདིགས་རུང་ངར་སྒྲ་སྟོགས་པའི་དམར་ཡག་གི་རྒྱ་སྟག །
ཐོལ་མེད་བདེན་པའི་གཏམ་གྱི་ངར་སྒྲ་དང་བཅས་ཏེ།
ཆང་ཆིང་སྟག་པོ་འཕེབས་པའི་རྒྱ་རྫོང་གི་མཐའ་ནས།
རྩལ་དྲག་ལྷས་ལ་ཆང་སྟེ་དགའ་སྟོན་ལ་ཕེབས་རོགས།

ལེ་ཆན་འདིའི་ཞུ་དག་པ། འདབ་ས་ཆེ་དབང་མགོན་པོ།

གཙང་རུལ་མ་གསུམ།

འབྲི་རུ་སྐལ་བཟང་འགྲོ་མགོན།

༡

ཨ་གཙང་རུལ་མ་གསུམ་ཡ།
ཁྱོད་ལ་ལོ་རྒྱུ་ཁྱོད་དུ་དངོས་བྱུང་གི་གཏམ་རྒྱུད་ཡོད།
ཁྱོད་ཀྱི་སྒྲུབ་ས་ཐོང་གི་དབྱུག་སྤྱི་ཅེན་པའི།
འབྲུག་ལྗན་གསེར་ཉ་སྟོང་གིས།
ཁྱོད་ལ་ཡིད་ཆེས་དང་ཕུགས་བསམ་སོགས།
ཡོད་ཆད་དང་ཡོད་ཆད་ཁྱོད་ལ་བཅོལ།

༢

ཨ་གཙང་རུལ་མ་གསུམ་ཡ།
ཁྱོད་ཀྱི་བྱམས་བཅེའི་འོག་ཏུ་བྱུངས་ཁྲག་རྒྱས་པའི།
གསེར་མདོག་གི་ཉ་མོ་དང་།
དུང་མདོག་གི་ངང་ཕུག་ཆོས།
ཁྱོད་ལ་དགའ་ཞིང་ཁྱོད་ལ་དུང་།
སྐབས་རེར་ཁྱོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུ་འདྲ་སྟེང་གིན།
མཆམས་རེར་ཁྱོད་ཀྱིས་ཁྱུར་མི་ཐེག་པའི་དཀའ་སྤྱོད་ཀྱང་བགྲང་གིན་གདལ།

༣

ཨ་གཙང་རུལ་མ་གསུམ་ཡ།
མི་འདོད་པའི་ལས་དབང་ཞིག་གིས་རྒྱེན་པས།
འུ་ཆང་ཅི་འདྲའི་ཕམ་ཁ་ཁྱུར་དགོས་བྱུང་ཨང་།
ཤར་ཕྱོགས་བྲག་དམར་རྒྱུང་འཕྲོ་གྱིས་བསྐྱལ་བའི།
ཡར་ཁྱུང་གཙང་པོའི་དལ་འགྲོས་དེ་བཅད་སོང་ཨང་།
དེ་ནས་བཟུང་ལོ་ལྔའི་འཁོར་འགྲོས་རི་ལྟར་ལྟར་ཡང་།
གསེར་མདོག་ཉ་མོའི་ལས་དབང་ལའང་།
ཁྲག་གི་རྒྱ་མཆོ་བསྐྱལ་སོང་ལ།
ཀོང་རུས་ཀྱི་བྲག་རིའང་བཅེགས་པས།
མི་རྒྱུས་ཀྱིས་འདིགས་སྤྱི་དུང་བའི་དུར་ཁྱོད་ཅིག་འབོད་པས་སོ།

རང་དབང་དང་ཞི་བདེའི་སྒྲན་དུ་ཁྱེད་ཀྱི་ཐབས་ཟད་ཀྱིས།
གཅེས་པར་འོས་པའི་ཆོ་སྒྲོག་དེ་ཡང་མེ་ཏུ་སྒྲར་བྱེད།
རེད་ཡ། གཙང་རྩལ་མ་གསུམ་ཡ།
ཁྱོད་དང་གཉའ་ཁྲི་ཆང་ཉིད་ལོ་རྒྱུས་ལྡན་ལ།
ཁྱོད་དང་བཅན་པོ་རིམ་བྱོན་ནམས་ཀྱིས།
དཔལ་ངར་གྱི་རྩྭ་རིང་བཅུགས་པར་མ་བཟད།
ཁྱོད་དང་ཞི་བདེའི་ལྷ་བྱ་དམ་ཆོག་གཙང་།
གཙང་རྩལ་མ་གསུམ་ཡ།
བདེ་མོར་རྒྱགས་དང་།
དལ་འགྲོས་རྒྱ་དང་།
ལྷན་འཛུགས་རྒྱུ་གི་བསྐྱེད་པ་ལྟར་དུ་འཆར་གྱིད།

ངའི་གོ་ས་འཕར་བྱུང་།

ངག་དབང་སྒྲན་གྱུ་བ། (འགྲན་རྩོམ་ཨང་གཉིས་པ།)

གནམ་ས་གཉིས་འདྲེས་མཆམས་ནས།
ཀེ་རེར་ལངས་པའི་ཤིང་སྤོང་དག་ལ་འགྲུལ་བསྐྱོད་མི་འདུག།
ནག་ཤར་ཤར་གྱི་སྒྲུལ་ལམ་དེ་ལས།
གཞན་ནམས་མོག་པོར་གྱུར།
ངས་གོམ་ཁ་དལ་བོས་སྒྲུལ་ལམ་དེར་སློབ་དུས།
ཁེར་རྒྱུད་གི་གྲང་རྒྱུད་ཞིག་གིས། རང་ཉིད་རྩི་མཐོ་ནས་རྩི་མཐོར་བཀྱགས།
རང་ཉིད་དང་རྒྱུད་པ་གཉིས་ལས་གཞན་སྒྲུ་ཡང་མེད་མོད།
ཡིད་ཀྱི་མར་མེ་སྒྲར་ཏེ་གནས་ཤིག་ལ་འགོ་རྒྱུ་ཡིན་པ་ཤེས།
དེར་བསྐྱེད་རྒྱུ་ཡིན་པའང་རྟོགས།
སྒྲན་པ་རྩི་ནག་ནས་རྩི་ནག་དུ་གྱུར་ཀྱང་།
ངས་མཐོང་བྱུང་། རང་ཉིད་ཀྱི་དག་ཞིང་རིག་བྱུང་། སང་ཉིད་ཀྱི་ཞོགས་པ་
མཐོང་བྱུང་།
ད་དུང་རང་ཉིད་ཅི་ཞིག་མ་ཡིན་པའང་ཤེས།

དཔེ་ཆ་དང་མཛེས་མའི་འབྲུག་ཕྱོད།

སྒོ་མེ་གྲགས་པ། (འབྲན་རྩལ་ཡང་གཉིས་པ།)

ཡོད་ཚད་འདྲེས་ནས་རྩལ་རྩལ་རྩལ་རྩལ་
ཆེས་ཉམ་ཐག་པ་ནི
ས་རྩལ་ཁེབས་པའི
ཡ་ཁོག་གི་མེ་ལོང་དེ་རེད
རྩ་མཆོག་ལྟ་བུའི་ཡང་ཆོའི་རམ་ཆོད་ཀྱིས
འདྲིག་རྟེན་གཉིས་ཀྱི་སོ་མཆམས་ནས
རལ་གྱི་ལྟར་བསྐྱུན་ཡོང་རྩལ་
མའི་རིགས་ཀྱི་མཐོ་སར་གཡུག་པའི་བྲག་རྒྱང་ཡང་སྒོ་བྱར་རྩལ་འཇགས་འགོ
སྒོན་ལོ་ལྟ་བུའི་སེམས་པ་འདི་ཟགས་ཚུལ་ལ་བལྟས་ན
ཤེལ་སྒོའི་ལྷེབས་ངོས་ནས་ཡོང་བའི་མཛེས་མ་དེ
འཇུག་དཔྱལ་བཞིན
བདག་མདུན་གྱི་དཔེ་བཞེགས་ལ་འཕྲེད་སྡོད་བྱེད་རྩལ་
ངས་ཅི་ཡང་ཟེར་མ་ཐུབ་པ་དེ་རེད



ཨ་མ་དང་ལྷ་སྐྱད་།

བཅན་མེ་སྒྲག (འགྲན་ཚུམ་ཨང་དང་བོ།)

གཉའ་ཁྱི་བཅན་པོ་མཁའ་ལས་བྱོན་པ་དེའང
ཨ་མའི་ངག་ནས་བརྗོད་པའི་ལྷ་སྐྱད་རེད

ཨ་མ་སྐར་བཞིན་ལྷ་སྐྱད་བསྐྱད་པར་སྒྲོ
ལྷ་སྐྱད་ལ་དགའ་བའི་གནའ་ཁྱི་ཚོ
སྒྲིང་འཇགས་ཀྱི་རྩ་ཐང་ཞིག་ནས་སྤྱི་མེ་མེར
ཨ་མའི་ལྷ་སྐྱད་ལ་གཏན་ནས་རྩོགས་མཐའ་བྲལ
གནག་ཅིང་སྒྲག་པའི་སྤྱོད་དེའང་དཀར་པོར་གྱུར་འདུག
ད་དུང་ལྷ་སྐྱད་བཤད་བཞིན་ལྷ་སྐྱད་ལ་དད
འདུ་ཤེས་ཀྱི་འཇིག་རྟེན་ལ་ཁ་ལོ་བསྐྱར་བའི་ལྷ་སྐྱད་དེ
ངར་ལྷགས་ལས་གྲུབ་པའི་གོང་བྱ་ཞིག་དང་འད
ཨ་མའི་ངག་ནས་བྱུར་བའི་ལྷ་སྐྱད་གི་འགྱུར་ཁྱུག་རེ་རེ
དུས་ཀྱི་སྒྲིག་མོད་ན་དབང་འཕྲོག་པའི་དབྱངས་རྟ་རེ་རེ་ཡིན་ནམ
ཨ་མའི་ལྷ་སྐྱད་ལས་སྒྲིམ་པའི་བྱིས་པ་ཚོ་ཨ་མ་དང་རིང་དུ་བྱེས
ཨ་མའི་འདུ་ཤེས་ཀྱི་འཇིག་རྟེན་ལ་སྒྲིག་འདོན་བྱེད་བཞིན
བྲེད་ཤ་ཐོན་པའི་གསང་ཚིག་རེ་རེ་ཨ་མ་.....

གཉའ་ཁྱི་བཅན་པོ་མཁའ་ལ་གཤེགས་པ་དེའང
ཨ་མའི་ངག་ནས་འཕྱོར་བའི་ལྷ་སྐྱད་རེད

བདག་དང་བདག་གི་ནམ་ཤེས་ཀྱི་ཁོར་ཕྱག

ཆངས་སར་འཕྲིན་ལས།

ནམ་ཤེས་འདི་རང་དབང་ལ་ཐོགས་ནས་བཟུང་
 རྒྱུ་ཏིག་ཏིག་གི་ཆོར་སྒྲུང་ཟབ་མོ་དང་
 སྒྲི་ལྷང་ལྷང་གི་སེམས་པའི་ན་ཆ་སོས་མེད་ཡིན་ཡང་
 ལུན་པས་སྒྲེལ་བའི་འཇིག་རྟེན་འདི་ནས་
 ཟད་ཅིང་ཆད་ལ་ཉེ་བའི་དུས་ཆེགས་ཀྱི་རྒྱུད་པ་ལས་
 མངོས་སྤྱུག་གིས་བསྐྱབས་པའི་དག་ཞིང་ཞིག་མ་རྟེན་པ་ནི་
 ཁྱོད་དང་ངའི་སམ་ཁ་རེད།

ནམ་ཡང་གསོན་ཐབས་བྲལ་བའི་འགྲུལ་མི་ཤེས་པའི་ནམ་ཤེས་དེ་ཆོ་
 ཐད་ཀར་ཅུས་པའི་གསེང་དང་ལྷན་པའི་དཀྱིལ་དུ་འཇུག་འོང་ཆོ་
 གསོན་ཕྱགས་ཀྱིས་འཕངས་པའི་སྒྲུང་བརྒྱན་རྩུན་མ་དང་
 འཆར་ཡན་གྱིས་བཞེངས་པའི་རྟོག་སྒྲུང་དངོས་མ་ལས་
 རྩོམ་ཞིང་དཔལ་བའི་ཆོར་བའི་གསོན་བརྒྱན་མེད་པར་མཐོང་རྗེས་
 དག་ཐོད་རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་འཇིག་རྟེན་དེ་
 རིམ་པ་དགྲུ་བཅེགས་ཀྱི་པ་མཐའ་ན་ལུས་ཡོད་པ་རྟོགས།

ཉེ་མས་ཀྱི་རྒྱུད་བྱ་གདོང་ལ་གཡུག་བཞིན་གཡུག་བཞིན་
 ཟུར་ཐམས་ཅད་ནས་བཅོར་འོང་བའི་གང་ངར་དེ་ཆོར་སྒྲིང་རྗེ་མེད་དུས་
 ལུན་པ་ནས་སྤྱོད་པར་བཞུད་པའི་ཁེར་རྒྱུད་གི་གསང་གཞས་རེ་རེ་ལའང་
 རྒྱུད་རྒྱུད་རིང་མུང་གི་སྒྲུབས་རིས་ལ་ལྟོས་པའི་འགྲུལ་སྒྲུབས་
 འཆོར་བའི་འཇིངས་ལ་རྩམས་པའི་གདོང་རིས་གསོན་པ་ཞིག་མེད་སོང་བ་འདི་ནི་
 མེད་སྤྱུག་གི་གཡང་ས་ཟབ་དྲགས་པས་ཡིན།

གང་ལྟར་མགོ་བོ་དགྱེ་མི་ནུས་པའི་མནར་གཅོད་ཀྱི་གོ་རིམ་ནག་པོས
 ལྷང་བའི་འགྲུལ་རིས་ལ་འཐིམ་ཞིང་འཁྱུང་ཆོ
 བར་མཆམས་མེད་པའི་སེང་རས་ཀྱིས་གཡོགས་པའི་ངོ་གདོང་སྒྲོ་བོ་དེ་དག
 གཅིག་གཅིག་གཉིས་གཉིས་སུ་བྱས་ཏེ་རྒྱ་འབྲས་གོ་ལྷོག་གི་གདོན་གཟུགས་སུ་ཤར་ཆོ
 རྣམ་ཤེས་ཀྱི་གཏིང་རིམ་ནས་དྲག་ཏུ་འཕྱོ་ཞིང་གོད་པའི་རྟོག་འཆར་རིང་མོ
 རང་གི་གཟུགས་སུང་གྱ་བཞི་མའི་ར་བ་ལས་མ་བཟུལ་དུས
 ང་ལ་སྤྱིང་སེམས་ཤིག་མི་སྤྱིང་རང་དབང་ཅི།

བརྟེ་ས་དང་ཟབ་ས་ཞིག་ནས་ཐག་རིང་གི་འགོན་པོ་བཞིན
 འ་ཆད་འུ་ཐུག་གི་ནམ་ཟེལ་ཆོག་མེད་དུ་སྤྱུང་གྱང་
 ཆོ་སྟོག་གི་འཁྱུན་ཐག་མ་ཆོད་པའི་རུས་རྒྱུད་གི་མཆོད་མེ་རེས
 ལུན་པའི་ཟབ་ཆད་ཅི་ལྟར་འཐུག་གྱང་བཟུལ་དགོས་པ་ནི
 ཁྱོད་དང་ངའི་རྟོག་ཁྲིམ་ལྷེ་མོ་དེ་ཡིན་གྱིད།

དྲག་འགྲུལ་མེད་པའི་རི་ཆོགས་མཐོན་པོ་དག
 མདུན་ཕྱོགས་ནས་མདུན་ཕྱོགས་སུ་མངོན་ཆོ
 མེ་སྒྲོམ་གྱི་དཀྱིལ་དུ་བྱུག་པའི་རྒྱད་ཆོགས་ཀྱི་སུན་སྤང་རེ་རེས
 རྒྱོག་རྒྱོག་སུད་སུད་ནས་ཞེ་སྤང་གི་མིག་ལོག་རེ་ལྟ་བུ་ལས
 རྒྱ་མི་ཤེས་པའི་བརྒྱལ་ཞུགས་འཛིན་བཞིན་འཇམ་ཐིང་ངར་སྤྲོད་དགོས་ཐུང་བ་ནི
 གྲིབ་གཟུགས་འོག་གི་རྒྱད་སྒྲུ་མེད་པའི་མི་རྒྱུད་དག་གི་ལོ་ཟླ་རེད
 ལོ་ཟླ་འདི་དག་ནི་མ་ཁ་མང་བའི་ལོ་ཟླ་རེད།

སྤྱག་ལ་སྤྱར་བའི་ལོ་ཟླ་རེད
 དང་བདེན་གྱིས་བསྐྱས་པའི་ལོ་ཟླ་རེད
 ལོ་ཟླ་འདི་དག་དྲན་ཞིང་སྤྱིང་ཆོ
 ད་བཟོད་རང་དབང་གི་ཁོར་ཡུག་ཟེར་བ་ནི
 སྤྱིང་སང་སང་གི་འཛིག་རྟོན་ལས་ཅི་ཡང་མི་འདུག

རྒྱུ་རྟ།

སོ་རུ་ཆེ་རིང་། (འགྲན་རྩོམ་ཡང་གསུམ་པ།)

མཐོ་སྒང་གི་རྣམ་ཤེས་གསོན་པོ།
གཡའ་དག་པའི་དབྱིངས་རིམ་མཐོན་པོ་ན།
ཁྱེད་ཉིད་ལྷགས་པ་དང་མཉམ་དུ་འཕུར།
སྒྲིག་སྒྲིན་གྱི་དབུ་ཞུ་བསྐྱབས་པའི་ལྷན་པོ་རུ།
ཁྱེད་ཉིད་དར་ལྗོན་དང་ལྷན་དུ་བསྐྱོད།
བདག་གི་ཡབ་མེས་དམ་པ་ཆོས་སྒྲིང་ན།
ཁྱེད་ནི་དག་ལྷའི་བསུ་མ་དང་ལམ་འགྲོ་ཡི་དབང་ཐང་ཡིན་ཟེར་ལ།
ཁྱེད་ནི་ལས་རྒྱུད་གི་རྣམ་ཤེས་གསོན་པོ་དེ་ཡིན་པར་བསྟན།
ཁྱེད་ནི་དེ་བཟང་ལྷག་པའི་དུ་བ་དང་འགྲོགས་ནས།
བཅན་པོ་གདོང་དམར་བའི་སྒྲན་གྲགས་དབྱང་དུ་འདེགས་ལ།
ཁྱེད་ནི་གངས་རྒྱུད་སྐོར་མོའི་གཙང་ཆབ་དང་འགྲོགས་ཏེ།
མཐོ་སྒང་གི་ཁ་བའི་རེ་སྒོན་བསྟོད་མཁན་དེ་ཡིན།
མཐོ་སྒང་གི་རྒྱུ་རྟ།
ཁྱེད་ཀྱི་རྒྱུད་པ་ནི་ངའི་རྒྱུད་པར་མ་ཟད་ང་ཆོའི་ཕུ་རུ་མིང་སྲིང་ཆོའི་རྒྱུད་པའང་ལགས།
ནམ་ཡིན་ཡང་ཁྱེད་ཀྱི་སྒྲོབས་པ་དང་གཟི་བརྒྱེད་ཉམས་མི་སྲིད།
དུད་སྒྲིན་གྱིས་བར་སྒྲུང་ཁེངས་ཤིང་གི་བསོ་ཡིས་ལྷ་རྒྱལ་སྒྲོན་དུས།
གནའ་མི་རྣམས་པོ་ཆོའི་རེ་བའི་མིག་ཟུང་ཁྱེད་ལ་གཏད་དེ།
ཡུན་རིང་ཞིག་ལ་མ་ཐུག་པའི་སྐད་ཆ་མང་པོ་ཞིག
བསང་དུད་དང་དར་ལྗོན་གི་སྒྲེལ་མཆམས་ན།
སྒྲ་སྒྲོ་ཡངས་པོ་ལས་ལྷོད་གྱིས་ཁུ་འཕོད་འཐེན།
ཁྱེད་ཉིད་ཁོང་ཆོའི་ཁུ་སྒྲུལ་ལ་གསན་བཞེས་གནང་བ་དང་མཚུངས་ཏེ།
དཀར་ལྷུང་ལྷུང་གྱིས་ས་གཞི་ཡོངས་རྫོགས་སྒྲུབ་ལ་ཁད་བྱེད།
མཁའ་དབྱིངས་ཀྱི་བང་རིམ་ན་རྒྱ་བའི་རྒྱུད་རྟ་དེ།
ངའི་ཡབ་མེས་ཆོའི་དད་པའི་གསོལ་འདེབས་བཙུལ་ས།

ཉི་ཟླ་དྲུག་བྱུང་།

དགོན་མཆོག་བསྐྱོད་འཛིན།

ལོ་རྒྱུས་ལ་སློག་དབང་ཞུགས་པ་ནས་བཟུང་།
སངས་རྒྱལ་གྱི་སྤྱན་རླབས་ལྷ་བྱུང་ཉི་ཟླ་ལའང་མིག་ཚུ་བསྐྱེད་སྤྱོད་
དེ་ནི་ཁྱོད་ཀྱིས་རྒྱུན་ཆ་བཞིན་འཁྱུར་བའི་མ་གྲུལ།
དེ་ནི་ང་ཡིས་རྒྱུན་ཆ་བཞིན་འཁྱུར་བའི་ན་རྒྱུག་གོ་
སྤྱིང་ཉི་ལགས།
ཁྱུང་འཛིན་འཛིན་གྱི་གྲུལ་ལ།
ལོ་རྒྱུས་ཆ་ཁུ་བཞིན་མ་བྱུགས་དང་།
དེ་ནི་ས་ཆེན་འདིའི་གས་སྤྱབས་ཡིན།
དེ་ནི་བསྐྱེད་པའི་མེ་རི་བརྗོད་སའི་གས་སྤྱབས་ཡིན།
འཆི་ཁའི་སློན་འདུན་ལྷ་བྱུང་མེ་ཏོག་ཁྲི་མ་འབྱུང་།
རྒྱལ་ཁྱེད་བཞིན་འཁྱུར་པའི་དགོང་ཁའི་མཆོམས་སྤྱིན་ལ་ཕྱོགས་པ།
ང་དང་ཁྱོད་ལ་ཕུལ་བའི་ལྷ་རྩལ་གྱི་ཡིན་པས།
ཁྱོད་གྱི་སྤྱིང་སྤྱོད་ལ་དཔལ་དར་འཐེན་ཞིང་།
ང་ཡི་བྱ་སྤྱོད་ལ་རམ་འདེགས་ཀྱིས་འཁྱུར།
ཐུན་ཐོམ་གྱི་ལག་པ་དམར་པོས།
ཉི་ཟླ་དྲུག་བྱུང་འབྱུག་སྤྱབ་ཆོ།
ལོ་རྒྱུས་སྤྱོད་སྤྱིན་བཞིན་ཡལ་བའི་མཐོན་མཐིང་གི་དོགས་སྤྱོད་
ང་ཆོ་ནི་.....།
གསེར་མདོག་གི་དྲུག་བྱུང་བཞིན།
བསྐྱེད་པའི་བར་དུ་གནས་ངེས་ཡིན།
སྤྱིང་ཉི་ཆོ།
བསྐྱེད་པའི་བར་དུ་.....
ལེ་ཆོན་འདིའི་ཞུ་དག་པ། རྗེ་དགེ་ཆེ་དབང་མགོན་པོ།



རྒྱུ་རྒྱུ།

ཤེས་རབ་ཡོན་ཏན་གྱིས་རྒྱ་ཡིག་ལས་བསྐྱུ་བ། (བསྐྱུ་རྒྱུ་མ་ཡང་དང་པོ།)

རྒྱུ་བྱ་མེད་པའི་ལོ་ལྔའི་ནང་།
ཁྱེད་ལ་གཟུགས་ཡོད་ཀྱང་འདབ་གཤོག་མེད།
འདབ་གཤོག་མེད་པའི་བྱུ་དེ།
ཐག་རིང་རྒྱུ་ལ་འཕུར་ཐུབ་བཅ།
རྒྱུ་བྱ་ལྡང་བའི་ལོ་ལྔའི་ནང་།
ཁྱེད་ལ་འདབ་གཤོག་ལྡན་ཡང་གཟུགས་མེད།
ལྷན་པོ་མེད་པའི་བྱུ་དེ།
ངེ་སྤྱིད་བར་འཆོ་གནས་ཐུབ་ལ།
གྲངས་ལས་འདས་པའི་ཤི་གསོན་གྱི་དབྱངས་རྟའི་ཁྲོད་ན།
ཁྱེད་ནི་ཁེར་རྒྱུ་གིས་བཟུལ་ཞིང་།
དགོད་སྤྱོད་དང་ཅུ་དག་གི་བར་གསེང་ན།
མཆོམས་མ་ཆད་པར་ལྷིང་སྐྱོར་བྱེད།

གོ་ལ་ཡིས་ང་རང་ཚོ་ལ་ཉེན་བརྒྱ་དང་བརྒྱ་མཚོན་གསལ་པོར་སྟོན་གྱི་ཡོད་པ་རེད།

གནོད་འཚེ་དེ་དག་བསྐྱོད་པར་ང་རང་ཆོས་པན་ཚུན་གཉིས་མོས་ཀྱི་གཞི་རྒྱུ་དེ་ཤེས་
རྟོགས་ཀྱི་ཆེན་པོ་ཡོད་པའི་སྒོ་ནས་བསྐྱབ་ལུས། སེམས་ཅན་མཆིས་སོ་ཅོག་གིས་སྤྲུག་བསྐྱེད་མི་འདོད་པ་
དང་བདེ་བ་འདོད་པ་ཤ་སྤྲུག་ཡིན་པས། སུན་མོང་གི་གཞི་ཅའི་ཆོར་བ་ཞིག་ལྟར་དུ་སྤྱོད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད།
བདག་ཅག་གིས་སའི་གོ་ལ་སྤྱོད་ཐབས་སུ་བྱ་སྤྱོད་མ་ཞོར་བར་ཡར་རྒྱས་དང་པན་ཚུན་གཞི་རྒྱུ་སའི་
སྤང་ནས་རྒྱུད་སྤྲུལ་ལེགས་པར་གཏོང་ལུས། དེས་ན་ངོས་ཀྱིས་རྒྱན་དུ་བཅོས་མ་མ་ཡིན་པའི་འཛིག་རྒྱུ་
འགན་འཁེའི་སྒོ་གྲོས་ཀྱི་བསྐྱེད་དགོས་པར་གཅིགས་སུ་བཞུགས་ཀྱི་ཡོད། ང་རང་ཆོར་ཤེས་རབ་དང་སྤྱོད་
རྟོགས་ཀྱི་ནས་བསྐྱབ་པས་པའི་ཆོ། བྱ་སྤྱོད་ཀྱི་འབྲས་བུ་དེས་སོ་སོ་རང་ཉིད་གཅིག་ལ་ཅམ་མམ་འབྲས་ཀྱི་
སྤྲུལ་བདེ་ཞིག་མ་ཡིན་པར་ཀྱན་ལ་པན་འདོགས་ཀྱི་ཡོད། ང་ཆོས་འདས་ཟིན་པའི་ནང་མ་ཤེས་པའི་
དབང་གིས་བྱ་བ་བཞིས་པ་རྣམས་ངོ་འཕྲོད་པ་དང་འཁྱེད་བཤགས་བྱེད་ལུས་པའི་ཆོ་ད་ལྟའི་དཀའ་ངལ་
རྣམས་སེལ་བར་མཐུ་སྤྱོད་པས་འཕེལ།

དེད་ཅག་གིས་ཁོར་ལུག་ཤིང་པོའི་ཐད་སེམས་ཁུར་བྱས་ཏེ་བསམ་སྒོ་འདི་རྒྱ་བསྐྱེད་གཏོང་དགོས་
པ་རེད། གཞི་རྩའི་རྣམ་གཞག་ལ་ཡོད་པ་བཞིན། ངས་བསམ་པར་གཤེད་ཏེ་བྱིས་ལུས་ན་གཞན་ལ་
དཔུང་རྒྱལ་བ་བྱེད་པ་དང་། གཤེད་ཏེ་བྱིས་རྒྱལ་མ་ལུས་ན་མ་མཐའ་ཡང་གཞོད་འཆེ་མི་བཟིད།
དེར་དུ་མ་འདུས་པའི་སྐབས་ཚུན་དབར་གྱི་འབྲེལ་བ་རྣམས་པ་དང་དཔེ་སྟེ་བྲལ་བའི་སྟོང་བཅུད་མ་
ལག་སྐྱོར་ལ་ད་དུང་ཡང་གནས་ལུགས་ཏེ་ཅང་མང་པོ་ཞིག་རྟོགས་དགོས་པའི་ཆེ་འདི་ནི་བྱུང་པར་དུ་
སྟོང་སྟོན་རན་པོ་ཞིག་དུ་སྟོང་། སའི་གོ་ལ་ནི་ང་ཆོའི་ནང་དང་ང་ཆོའི་ཨ་མ་ཡིན། ཁོང་ལ་དེད་ཅག་གིས་
བཅི་མཐོང་དང་ལྷ་རྟོག་བྱེད་དགོས་པ་རེད། དེང་སང་གོ་བ་འདི་ལེན་རྒྱར་ལས་སྤྲོ་བོ་རེད།

སོ་སོས་རང་ཉིད་ལ་ལྟ་རྟོག་བྱེད་པར་ཤེས་ཡོན་དགོས་པ་རེད། དེ་བཞིན་དུ་ཆོ་སྲོག་དང་། མ་
འོངས་པའི་མི་རབས་ཡོངས་སུ་རྒྱུགས་པ་དེ་དག་གྲུང་གཞི་རྟེན་ས་དེ་སའི་གོ་ལའི་ཕྱགས་ཐམས་ཅད་ཡིན་
པས། ང་རང་ཆོས་བག་ཡོད་བཅུད་པར་ཤེས་བྱ་ཡོན་ཏན་དགོས། དེས་མི་རེ་རེར་ཁོར་ཡུག་གི་སྒྲོར་ལ་
ཤེས་བྱ་ཡོན་ཏན་དགོས་པ་ནི་གལ་གནད་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡིན་པར་སྟོན། དེར་དུས་ཀྱི་སྤྱི་ཆོགས་ནང་མི་ཆོ་
ལེགས་བཅོས་སུ་གཏོང་བར་ཆོན་རིག་གི་སྒྲོས་གཉེར་དང་འཕྲུལ་བཟོའི་རིག་པ་རྣམས་འཕེལ་རྒྱས་འགོ་
དགོས་པ་ནི་དགོས་དོན་ཆེན་པོ་རེད། ད་དུང་ཡང་གལ་གནད་ཆེ་ཤོས་ཤིག་ནི་སོ་སོ་རང་ཉིད་སྤུ་གྲ་ཡིན་
ནའང་འདྲ། བླན་པ་ཡིན་ན་ཡང་འདྲ། རང་ཉིད་ཀྱི་རང་བྱུང་ཁོར་ཡུག་ལ་གོ་བ་རྟེན་ཐབས་དང་ཡི་རང་
ལེགས་པོར་བྱ་བར་ལག་ལེན་དངོས་སུ་དགོས། ཅི་སྟེ་ང་རང་ཆོར་གཞན་ལ་བཅོས་མ་མ་ཡིན་པའི་རྗེས་སུ་
ཡི་རང་བ་དང་ཤེས་བཞིན་དུ་མི་ཤེས་པའི་རྣམ་པ་དེ་མཚམས་འདྲིག་ཐུབ་ན་ང་ཆོས་སའི་གོ་ལར་གཅེས་
སྤྱོད་བྱེད་རྒྱས།

བསམ་སྒོ་རྒྱ་ཆེ་ཤོས་ཀྱི་ཐོག་ནས་བརྗོད་ན། ཁོར་ལུག་གི་སྒོ་བ་སྦྱང་ཞེས་པའི་དོན་ནི་ཆོ་སྤྱོད་གི་འཕྲོ་སྤངས་འཕྲོ་ལུགས་སམ་ལམ་སྤྱོད་དེ་རྒྱ་ན་མཐུད་སྦྱང་བར་སྒོ་བ་གཉེར་གནང་དགོས་སོ། ཆོས་ལུགས་ཆང་མས་མོས་འདུན་བཅུད་པ་དེ་རང་གཅེས་འདྲིན་གྱི་འདོད་པའི་དབང་དུ་བྱིན་ན་ནང་གི་མཐར་ཐུག་ཞི་བདེ་དང་བྱིའི་དངོས་པོའི་ཐོག་ནས་སྒོ་ཆེ་མས་པ་འོང་བར་དགའ་བ་གསུངས། གལ་སྲིད་ང་

རང་ཚོས་སྤྱོད་པའི་དབང་དུ་བཏང་ན་ཡང་། དེང་སང་འདིར་མི་ཉ་ཅང་མང་པོ་མཆིས་པས་སའི་གོ་ལས་
དེད་ཅག་ཡུན་རིང་པོར་རྒྱན་འཛིན་བྱེད་མི་རུས། ང་རང་གིས་བསམ་པར་ནང་སེམས་ཀྱི་ཞི་བདེ་ལོངས་
སྤྱོད་པར་ལག་ལེན་དགོས་པ་དེ་ཉ་ཅང་ལེགས་པར་སྒྲུ། སའི་གོ་ལ་འདི་རང་ལ་དབང་བར་ཐབས་
ཤེས་དང་། ཡིད་དུ་འོང་བའི་ཆེ་སྟོག་དེ་དག་བདག་གིར་བྱེད་བཞིན་པའི་སྐབས་གཏོར་བཤིག་གཏོར་བ་
ལས། ང་རང་ཚོ་ཆང་མ་མཉམ་དུ་འཛམ་སྤིང་འདིར་ལྟ་རྟོག་དང་ལོངས་སྤྱོད་དགོས་པ་རེད།

གནའ་པོའི་རིག་གཞུང་དེ་དག་ཁོ་རང་ཚོའི་རང་བྱུང་ཁོར་ཕྱག་དང་ལྷན་དུ་ཡུལ་དུས་དང་
བསྐྱུན་ནས་གནས་པས། ང་རང་ཚོར་ཁོར་ཕྱག་དང་མཉམ་དུ་མིའི་སྤྱི་ཚོགས་ཆ་ལྷགས་ཆ་སྟོམས་གནས་
པ་ལ་ནམ་དུས་ཁྱད་ཁྱུང་པར་བཞིག་སྤྱོད་མི། དཔེར་ན་ཉི་མ་ལ་ཡའི་མཐོ་སྒང་གི་འཕྲོ་བ་དང་ལྷན་དུ་
བོད་པ་ཚོར་མཚུངས་མེད་ཀྱི་གོམས་འདྲིས་ཤིག་ཆགས་ཡོད། སྤྱི་མེད་ཀྱི་སྤྱོད་བཅུད་མ་ལག་དེ་དབང་དུ་
བསྐྱུས་པ་དང་གཏོར་བཤིག་གཏོར་བར་འཛུགས་པ་དེ་ཡར་ཐོན་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་རིང་པོའི་ནང་དུ་ལྷན་
ཡོད། བོད་མི་ནམས་ཀྱིས་རི་སྐྱེས་སེམས་ཅན་ཡོད་པ་ནི་རང་དབང་གི་མཚོན་རྟགས་སུ་ཡི་རང་ཟབ་མོ་
བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་དང་། རང་བྱུང་ཁོར་ཕྱག་ལ་གྲས་བཅུ་ཟབ་མོ་ལྷན་པ་དེ་བོད་པའི་བཟོ་རིག་ལག་རྩལ་དང་
ཆོ་གའི་ནང་དུ་མཛོན་གསལ་དོད་པོ་ཡོད། ཆོས་ཕྱོགས་ཀྱིས་བྱེད་དངོས་པོའི་འཕེལ་རིམ་ཆད་གཞི་ངེས་
ཅན་ལ་མ་ལྟོས་པར་ཡར་རྒྱས་བཏང་ཡོད་པ་རེད། ཁོར་ཕྱག་གི་འཇུར་ཕྱོག་སྟོ་བྱར་དུ་བྱིན་པའི་སྐབས་
སེམས་ཅན་རིགས་ཀྱིས་ཡུལ་དུས་དང་བསྐྱུན་སྤྱོད་ཀྱི་མེད་པ་ལྟར། འགྲོ་བ་མིའི་རིག་གཞུང་བརྟན་པོར་
འཕྲོ་གནས་བཟོ་བ་ལའང་དམིགས་བསལ་གྱིས་ལྟ་རྟོག་ཡོད་པའི་ཐོག་ནས་ལྟ་སྤྱོད་བྱ་དགོས། དེས་ན་མིའི་
འགྲོ་ལུགས་བཟང་པོ་དང་ཁོ་རང་ཚོའི་རིག་གཞུང་རྟིང་པ་དེ་མི་ཉམས་རྒྱན་འཛིན་གྱི་སྒྲོར་ལ་སློབ་གཉེར་
བྱེད་རྒྱུ་དེ། ཁོར་ཕྱག་ལྟ་རྟོག་གི་ཆ་ཤས་ཤིག་ཀྱང་ཡིན།

ངས་དུས་རྟག་དུ་སེམས་བཟང་པོའི་ཁྱད་ཆོས་དགོས་པར་བརྟེན་ཐབས་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། མིའི་གཤིས་
ཀའི་ནམ་པ་འདིས་འཕྲོ་སྤྱོད་ཕྱགས་ཆེན་པོ་བྱེད་རུས། སེམས་བཟང་པོ་དང་ཤེས་རབ་མཉམ་དུ་ཀྱན་སྦྲོང་
མ་ཞོར་བཞིག་དགོས་ཤིང་། དེས་གང་བྱེད་དགོས་པ་ནམས་རང་བཞིན་གྱིས་བྱེད་ཡོང་གི་རེད། ཅི་སྟེ་འགྲོ་
བ་མི་ནམས་ཀྱིས་ཀྱན་གྱི་ཆེད་དུ་བཅོས་མ་མ་ཡིན་པའི་སྤྱིང་རྩེ་ལྷན་པའི་སྟོན་ནས་བྱ་བ་འགོ་བཙུགས་ན།
ད་དུང་ཡང་ང་རང་ཚོས་རང་བྱུང་ཁོར་ཕྱག་དང་ཕན་ཚུན་གཅིག་གིས་གཅིག་ལ་སྟོབ་རུས་ཤིང་། དེ་ནི་
མ་འོངས་པའི་ཁོར་ཕྱག་གི་གནས་སྤངས་བསམ་བརྟེན་ལས་འདས་པའི་ཇ་དྲག་གི་སྐབས་དང་བསྐྱུན་པ་
ལས་ཉ་ཅང་གི་སློབ་པོ་རེད།

བརྟན་དཔུང་ལེགས་པར་བྱས་ན། འགྲོ་བ་མིའི་ལྔ་དང་དང་། སེམས་པ། ཁོར་ཕྱག་དེ་དག་དཔེ་
བ་འབྱེད་མ་སྤྱོད་པར་ལྷན་དུ་མཐུད་ཡོད། དེས་ན་ཁོར་ཕྱག་སློབ་གཉེར་གྱིས་སྟོན་གྱིས་དང་བཅུ་བ་གཉིས་
ཀ་བསྐྱུན་པ་དང་། ང་རང་ཚོས་ངེས་པར་དུ་ཞི་བདེ་དང་ཡུན་རིང་མཉམ་གནས་ཡོང་ཐབས་ལ་གོ་སྐབས་
ལག་ཤོས་བཟོ་དགོས་པ་རེད། །

མཐིང་ཁོན་ཏི་སི།

བྱི་ལོ་ ༡༩༩༡ ཟླ་ ༩/༡༠ ལ།

ཡུ་ནིས་ཁྲི་རའི་སྒོ་གྲུ་ལ།

Yudhisthira's Wisdom འབྲུང་ཁྲུངས་རྩ་ར་ཉའི་རྟོགས་བརྟུང་།

བསྐྱེད་འཛིན་དགེ་བཟང་གིས་བསྐྱུར།

དུས་ཆེགས་གཞན་ཞིག་ལ་སྐར་ཡང་དོན་ཆུན་བྱུང་བ་དེ་ནི། སྐར་ལ་བྱ་ལྷ་ཡིས་ཤུ་བ་ཞིག་འཛོལ་
 སྟེག་ཆེད་ཁོང་ཆོའི་སྟོན་གནས་ནས་རྒྱང་ཐག་རིང་བའི་ནགས་གསེབ་སྐྱག་པོ་ཞིག་ཏུ་འབྱམ་མུལ་དུ་ཕྱིན་
 པས། ཁོང་ཆོའི་མགོ་བོའི་སྟེང་ལ་ཆ་དོད་ཆེ་བའི་ཉི་མའི་འོད་ཟེར་པོག་སྟེ་སྐྱོམ་པ་རིམ་གྱིས་འབེལ། ཤུ་
 བ་དེ་ཡང་མིག་གི་མཐོང་ཡུལ་ནས་ཡལ་ཏེ། ད་ནི་རྒྱང་པར་མ་བྱུང་ཞིང་། ཡིད་ཐང་ཆད་པ་སོགས་གྱིས་
 ཁོང་ཆོས་འཛོལ་ཞིབ་བྱེད་པ་དེ་ནི་དོན་གྱིས་སྟོང་པ་ཡིན་པ་གསལ་པོར་ཤེས་ཏེ་མཐའ་མ་དེར་མཆམས་
 འཛོག་བྱེད་དགོས་བྱུང་། ཁོང་ཆོའི་མིད་པ་ཡང་སྐམ་པོར་ལྷུང་སྐབས། ཕྱོགས་ཀྱན་ལ་ཆུའི་མཚོན་རྟགས་
 རྟོག་ཞིབ་བྱས་པར་བསྐྱོད་མོད། འོན་ཀྱང་ཅི་ཡང་མ་རྟོན། ཡུ་ནིས་ཁྲི་ར་(Yudhisthira) རྒྱང་རིང་དུ་ཕྱ་
 མཐུད་བསྐྱོད་མ་ཐུབ་པར་ངལ་དུད་གྱིས་མནར་བས། ངལ་གསོའི་ཆེད་སྟོན་པ་ཞིག་གི་འོག་ཏུ་ཐིམ། ས་རྒྱ་
 དེ་བ་ (Sahadeva) རྒྱ་འཛོལ་བར་བཏང་། གཞོན་ནུ་དེས་གྲ་སྒྲིག་རན་ཆོད་བྱས་ཡོད་ཀྱང་། དུས་ཡུན་
 རིང་པོ་ཞིག་ལ་ཁོ་ཕྱིར་ལོག་མ་ཐུབ་པས་ཡུ་ནིས་ཁྲི་ར་(Yudhisthira) སེམས་འཁྲལ་བྱུང་ཞིང་། ཁོང་ལ་
 གནས་ཆུལ་ཅི་ཞིག་ལྟག་ཡོད་མེད་གསལ་རྟོགས་ཡོང་ཆེད་རྒྱ་ཀུལ་(Nakula) ཡང་བཏང་པ་རེད། རྒྱ་
 ཀུལ་ས་(Nakula)དང་ལེན་བྱས་ཏེ་ཕྱིན་ཀྱང་ཁོ་ཡང་ས་རྒྱ་དེ་བ་(Sahadeva)བཞིན་ཆུར་ལོག་མ་ཐུབ།
 དེ་ནས་ཡུ་ནིས་ཁྲི་ར་(Yudhisthira)ཡིས་རང་གི་བྱ་སྐྱོན་ལྟག་མ་ནམས་གཅིག་མཐུད་གཉིས་རྒྱུད་བྱས་
 ཏེ་བཏང་མོད། བསྐྱོད་ཐོན་པའི་བྱ་སྐྱོན་ནམས་ཆུར་གཅིག་ཀྱང་ལོག་མ་ཐུབ་མ་བྱུང་སྐབས། ཁོ་ཞིན་དུ་སྒོ་
 འཆབ་སྟེ་བཞིན་ཁོང་ཆོ་ལས་ངན་སྐྱ་ཡིས་འཁྲིད་པ་མ་ཤེས་པར་ངང་གིས་ལུས། མཐའ་མ་དེར་ཁོ་བོ་རང་
 ཉིད་ཕྱིན་ནས་འཛོལ་རྒྱ་སྒོ་ཐག་བཅད།

ཁོང་ཆོའི་རྒྱང་རིང་གི་རྒྱ་རྒྱུ་འབྲུང་ཏེ་ཆུ་རྒྱུང་སར་མ་བསྐྱེད་བར་དུ་རྒྱང་ཐག་རིང་པོར་གོམ་
 འགོས་བྱས། དྲངས་ཤིང་བསེལ་བའི་ཆུ་མོ་དེར་གནམ་སྟོན་པོའི་གཟུགས་བརྟན་འཕྲོ་བཞིན་བརྒྱ་ཟིང་
 སྐྱུད་དང་། དཀར་པོ། དམར་པོ་ནམས་ཆར་ལོང་བྱུང་ཏེ་ཉི་མའི་ངོས་སུ་འཛུམ་ཆུང་གྲོལ་བཞིན་གདའ། ཡོ་
 རྒྱུས་ཁྲི་རས་སྐྱ་ན་སྐྱག་པའི་མཛེས་སྟོངས་དེ་ལ་མིག་བྱུང་ཕྱོགས་པའི་དུས། མཐོང་ཡུལ་གཞན་ཞིག་གིས་
 ཁོང་གི་སྟེང་ཆུའི་བྱུངས་ཁྲག་སྐམ་པར་བྱས། ས་གཞིའི་སྟེང་དུ་ཁོང་གི་བྱ་སྐྱོན་བཞི་པོ་གྲང་རེག་ཐེབས་
 པ་དང་། ད་དུང་གི་གསོན་གང་ཡིན་ཆ་མ་འཛོལ་བའི་གནས་སུ་སྐྱུང་། ཁོང་ཆོས་མིག་བྱུང་བཙམས་ཡོད་
 ཅིང་། མིང་ནས་འཕོད་ཀྱང་ཡལ་ལན་བྱེད་མཐུན་སྐྱུ་ཡང་མ་བྱུང་བས། རྒྱལ་པོའི་སྟེང་ཁོང་ནས་སྐྱག་བསྐྱེལ་
 དག་པོ་མནར་ནས་ཁོ་ཆོའི་འགྲམ་དུ་འབྱེལ། ལྷག་ཏུ་དག་པོའི་ངང་མིག་ཆུ་ཉིལ་ཉིལ་རྟོལ་བཞིན་སྐྱུང་པོར་

མོགས། ངས་ལན་གང་ཐུབ་ཐུག་ཆོག་"ཅེས་བརྗོད། ལུ་མཐུད་དེ་"ང་གཤག་ཕྱ་ཡིན། ཡུ་རྫིས་ཁྱི་ར། ངའི་
ཞེན་བརྟུན་དེ་རྟོ་སྒྲུང་བྱས་པ་ནི་ཁྱོད་རང་ཆེད་དུ་ཡག་པོ་བྱུང་བ་རེད། ང་ལའི་ཁྱི་བ་དེ་ཆོར་ལེགས་པར་
གསན་རོགས་" "ཉི་འོད་འཆར་བ་དེ་གང་གིས་བཟོས་པ་རེད།"

"དགོན་མཆོག་གི་མཐུ་ཅུལ་" ཞེས་ཕྱི་རྒྱུ་ཁྲི་ལྷུ་འཕྲུ་ལྷ་བཏུབ།

“ཉེ་ཆ་ཚབས་ཀྱི་ཁ་གཏང་དུ་མིའི་ཡིད་བརྟན་འཕེར་བའི་མཚོན་ཆ་དེ་གང་ཡིན།”ཡུན་རྒྱས་ཁྲི་
རས་ལྷུང་བར་“སྤྲོང་སྤྲོབས། སྤྲོང་སྤྲོབས་ནི་ཁོ་པོ་ཉེ་ཆ་ཚབས་ནང་ལུངས་པའི་དུས་སུ་ཡིད་བརྟན་འཕེར་
བའི་མཚོན་ཆ་པོད་སྤྱོད་ཆེ་ཤོས་དེ་ཡིན།”ཞེས་ལན་བཏབ། ཡག་ཤུ་ཡིས་སྤྲོ་ཚུགས་ཀྱིས་“ས་གཞིས་མི་
ལ་འོན་བརྒྱུངས་པ་ལས་ལྷག་པ་སུས་བྱེད་ཐུབ། སུ་ཞིག་གིས་ཁོ་པར་གསོ་སྦྱང་དང་སྤྲོབས་ཤུགས་ལྡན་
པར་སྤྲོན་ཐུབ་”ཅེས་དེས། ཡུ་རྒྱས་ཁྲི་རས་ཐེ་ཚོམ་མེད་པར། “ཨ་མ། ཐེ་ཚོམ་མེད་པར་ཨ་མ་ཉིད་དོ།
ཁོང་གིས་མི་ལུས་རིན་ཆེན་བྲིན་པ་དང་། གསོ་སྦྱང་ལེགས་པར་བྱས་པས། ཨ་མ་ནི་ས་གཞི་ལས་ལྷག་
པ་ཡིན། རྒྱུས་པ་དེར་ཁོ་པོའི་འབངས་རྣམས་ཀྱིས་དགའ་མོས་ག་དུས་བྱེད་ཀྱི་རེད་དམ།”ཞེས་ཡག་ཤས་
དེས་པ་དང་། ཡུ་རྒྱས་ཁྲི་རས་“གལ་ཏེ་ཁོ་པོས་ང་རྒྱལ་དེ་རྣོས་བཏང་ཆོ།”ཞེས་ལན་བཏབ། ཡག་ཤས་སྤྲོ་
མཐུང་ནས་“ཁོང་ཕམ་ཉེས་བྱུང་བའི་རྒྱབས་སུ་བདེ་སྤྱོད་ལྡན་པའི་རྒྱེ་པོ་ཞིག་གང་གིས་བརྒྱན་ཐུབ་”

མཐུད་ནས་ "ཁོང་པམ་ཉེས་ཕུང་བའི་སྐབས་སུ་བདེ་སྦྱིད་ལྡན་པའི་སྦྱེ་པོ་ཞིག་གང་གིས་བསྐྱུན་སྦྱབ་
བཟ།" དུ་སྒྲིམ་ཁྲི་ར་ཡིས་ངེས་བརྟན་ཡོད་པའི་སྒྲེ་ནས། "ཁོང་ཁྱོད" ཞེས་བརྗོད། ཁོང་གིས་གལ་ཏེ་མི་
ཞིག་གིས་ཁོང་ཁྱོད་དོར་ཆེ་ཁོ་ཐོར་བདེ་བ་ཐོབ་ཀྱི་ཡོད་པ་དེ་གེས་ཀྱི་ཡོད། ཡག་ཤས་བསྐྱུད་མར་ "རུས་
ཡུན་མུང་རུ་ཞིག་གི་ནང་རུ་སྦྱེ་པོ་འཕྱོར་ལྡན་པ་ཞིག་ཡོང་བ་ལ་ག་རེ་སྒྲོས་བཏང་སྦྱབ་དགོས་སམ།"
"འདྲོད་རྒྱུ་"ཞེས་དུ་སྒྲིམ་ཁྲི་རས་ལན་བཏབ། "འདྲོད་རྒྱུ་མེད་པའི་མི་དེ་ཁོ་ན་དོན་དམ་པའི་འཕྱོར་

ལྷན་དེ། གལ་ཏེ་མི་ཞིག་ལ་བདག་ཐོབ་སྤྱོད་ཕྱག་མཁུ་པོ་ཡོད་ན་འང་། ཁོ་ཐོབ་དེར་འདོད་སྒོ་མ་ཁེངས་
 ཆེ་ཁོ་བ་དབུལ་པོངས་ཆགས་པ་རེད། "དེ་ནས་ཟུ་མཐུད་དེ་མཐའ་མ་དེར་ཡག་ཤུ་ཡིས་" བྱིད་ཀྱི་ལན་
 འདེབས་དེར་བདག་ཤིན་ཏུ་མགྱ་སྟབས། ངས་བྱིད་ཀྱི་སྟུན་མཆེད་ཅིག་སྐར་ཕྱོག་སྟུན་རྒྱ་ཡིན་པས། དེ་
 སྟུ་ཡིན་པ་འདེམས་ཤིག" ཕུ་རྗེས་ཁྱི་རས་ཁོ་ཐོབ་པུ་ན་རྒྱམས་བྱ་མེད་དུ་འགྲེལ་བའི་གནས་སྟངས་དེར་

བཏུམ་པ་ན། ཁོས་ཐག་གཅོད་བྱ་རྒྱུ་མིན་ཏུ་དཀའ་ལག་བྱུང་། འོན་ཀྱང་། མཐར་ཁོས་བཤད་རྒྱུ་། "སེམས་
བཟང་ཡག་སྤྱ་ལགས། ངའི་ཕུ་ཁུ་རྒྱ་ལའི་ཤྲོག་སྒྲིབས་རོགས།" ཞེས་བཟྃ། ཡག་སྤྱ་ལིས། "ཅིའི་ཕྱིར་རྒྱ་
ལའི་ཤྲོག་སྒྲིབས་དགོས་སམ་" ཞེས་དྲིས། "ཁྱོད་ལ་ཕྱི་མ་པན་ཐོགས་ཆེ་བ་མི་འདུག་གམ། ཁྱོད་རང་ལ་
ཁོང་གི་ཁྱས་ཐགས་ཆེ་བ་དེ་དམག་འཐབ་དུས་སུ་པན་ཐོགས་མིན་འདུག་གམ། ཅིའི་ཕྱིར་ཁྱོད་རང་གིས་

ལ་རུན་གདམས་པ་མ་ཡིན་ནམ། ཁོང་ཚོ་ཆང་མའི་ནང་ཁྱེད་ཀྱི་གཅིག་མཆོག་མེས་དེ་མ་ཡིན་ནམ། ཁོ་
ཚོ་མང་པོའི་ནང་ནས་པོ་ཉམས་དོད་ཤོས་དང་། མཆོན་ཆ་བདེ་སྟོན་བྱེད་མཁན་དག་རྩལ་པ་མཆོག་ཤོས་
མ་ཡིན་ནམ། དེ་ནས་ཁྱེད་རང་གིས་ཅི་ཕྱིར་རྒྱ་ལའ་བདམས་པ་ཡིན།” དེ་ནས་ལྷ་རྒྱུ་ཁྱིམ་ཁྱིམ་ལན་
བརྒྱུད་གསལ། “གསོན་དང་ཡག་ཤ”ཞེས་དང་ཁོ་པས་”དགེ་བའི་ལས་དང་དང་བདེན་ནི་མའི་མཆོན་ཆ་

དང་། སྤང་སྤྱོད་པས་ཁྱེད་སྤྱད་ཁོ་ན་དེ་ཡིན། གཤམ་ཏེ་ངས་ངང་བདེན་མ་བྱས་ཆོ། ང་ལ་ལྷི་མའི་སྟོབས་ལྷགས་
དང་། ཞུང་རྩ་ནའི་ལག་རྒྱལ་དེ་བཅད་སྤྱད་མེད། གཤམ་ཏེ་ངས་རང་ཉིད་ཀྱི་ཁེ་སྐོན་ཁོ་ནའི་ཆེད་རྒྱ་ལ་མ་
འདེམས་པར་ལྷི་མ་ཡང་ན། ཞུང་རྩ་ཀྱི་ཆོ་སློག་བསྐྱངས་ཆོ། འོན་དངོས་ང་མི་རྩུན་མ་ཆགས་པ་རེད། ལྷ་

ཀུལ་ནི་མ་དྲི་(Madri) ཡི་བུ་ཡིན་པ་དང་། རྟེན་མ་དང་། ཨར་རྩུ་ན་ནི་ང་བཞིན་ཀུན་དྲི་(Kunti) ཡི་བུ་
 ལྷག་ཡིན། ཀུན་དྲི་ཡི་བུ་ལྷག་མ་མཐར་ཡང་ངག་ཐོན་པོར་གནས་ཡོད། འོན་ཀྱང་གལ་དེ་ལྷ་ཀུལ་དང་།
 ས་རྒྱ་དེ་མ་གཉིས་ཀྱི་ཆེ་སྟོང་ཤོར་ཆེ་མ་དྲིའི་གདུང་རྒྱུད་དེ་ཙམ་བ་ནས་སྟོང་རྒྱ་ཉག་གཅིག་ཡིན། དེའི་ཕྱིར་
 ཡག་ཤ་ལགས། རྟེན་མ་དང་། ཨར་རྩུ་ན་དེ་ཆེ་སྟོང་སྟོབས་པ་ལས་ལྷ་ཀུལ་དེ་ཆེ་སྟོང་སྟོབས་པ་དེ་ལྷགས་
 མཐུན་པ་ཞིག་བྱུང་མི་འདུག་གམ། ཞེས་བརྗོད།

ཁོང་གིས་སྐད་ཆ་བཤད་ཆར་བའི་མེས། ཡི་རྩིས་ཁྲི་ར་ཡི་མདུན་དེར་དབུ་རྒྱན་བསྐྱམས་པའི་བཀྲ་
 མདངས་ཅན་གྱི་མི་བུ་ཞིག་ཐེབས་པ་དང་། ཡི་རྩིས་ཁྲི་ར་ཡིས་དེ་མ་ཉིད་དུ་དགོན་མཆོག་ཡིན་པར་ཤེས།
 ཁོང་ནི་ལྷའི་གང་ཟག་ཁྱད་པར་ཅན་གཞན་སུ་ཡང་མིན་པར་ཡི་རྩིས་ཁྲི་རའི་ལྷ་ཡུལ་གྱི་ཡབ་ཆེན་ཡང་ན།
 དང་བདེན་དང་། འཆི་བ་ལྷའི་གཤིན་མེ་ཡིན། གཤིན་མེ་ཡིས་ཡི་རྩིས་ཁྲི་ར་ལ་འཐམས་ཏེ། ཁོང་དེར་ཡོང་
 བྱེད་གཙོ་པོ་དེ་ནི་སྐུ་མེད་བུ་ལྷ་ལ་མཁོ་གཤམ་ཆེ་བའི་སྐྱབས་སུ་སློབས་པར་ཡོང་བ་ཡིན་ཞེས་བརྗོད། ཁོང་
 གིས་ཡི་རྩིས་ཁྲི་རའི་ཡ་རབས་སློང་ཚུལ་དང་། སློབས་དེར་བྱགས་མཉམས་ཚུལ་རྣམས་བཤད་དེ། དེ་ནས་
 ཁོང་གིས་སྐུ་བྱ་གཅིག་གི་ཆེ་སྟོག་མ་ཡིན་པར་ཡོད་དོ་ཅོག་གི་ཆེ་སྟོག་རེ་རེ་བཞིན་སྐར་གསོ་མཛད།
 ཡི་རྩིས་ཁྲི་ར་ཡི་ལྷ་ཡུལ་གྱི་ཡབ་ཆེན་ཞབས་ལ་བྱག་བྱས་ཏེ་ཁོ་བོའི་སྤྱིང་ཁོང་ནས་བཀའ་དྲིན་རྗེས་
 དན་གྱི་ཆོར་བ་དག་ཏུ་ལྷུར། གཤིན་མེ་ཡིས་ཁོ་བོར་བྱིན་གྱི་སློབ་པ་དང་། བྱིད་དང་བྱིད་ཀྱི་བསྐྱེད་
 རྣམས་ལ་ལྷ་ཡུལ་ནས་ཁོང་ཆོའི་དཀའ་སྤྱད་དེར་སྐྱབས་བྱེད་ཀྱི་ཡིན་ཞེས་དམ་བཅའ་བྱས།
 ཁོང་གིས་ “བྱིད་རང་ཆོར་བར་ཆད་ཡོང་གི་མ་རེད།”ཅས་དང་། “རྒྱུད་སྤྱད་ལོ་ངོ་བཅུ་གསུམ་མཐའ་མའི་
 བར་དུ་བྱིད་རང་ཆོ་གཤམ་པའི་རིང་ལ་སྐྱས་ཀྱང་འཆོལ་མི་བྱུག།”ཅས་གསུངས།
 ཁོང་གིས་ཡི་རྩིས་ཁྲི་ར་ལ་སློབ་སློན་བྱས་པ་ནི། བྱིད་རང་གི་སྐུ་བྱ་དང་རྩྱ་རོ་པ་ནི་(Draupati)མཉམ་དུ་
 མ་གྲས་ལ་(Matsya)ཏུ་ཐེབས་དང་། དེར་རྒྱལ་པོ་བཟང་པོ་མེ་ར་ཏ་(Virata)ཡིས་དབང་སྐུར་བྱས་ཡོད་
 པས་དེར་ཆས་རྩུས་སྐྱས་ནས་གནས་ཆེ་བྱིད་རང་ཆོས་རེ་སྐྱག་བྱེད་པའི་སྐྱབས་བཙུན་པའི་དུས་ཆོད་རིང་
 པོའི་མཐའ་འདྲག་དེ་མ་ཟིན་པའི་རིང་ལ་དགུ་ལྷག་ལ་ཐེབས་ཡོང་བའི་ཉེན་ཁ་མེད་ཅེས་སྐྱས།

མཆན།

- १ ཡུ་ཤྱིས་ཁྲིར་(yudhisthira): རྒྱལ་པོ་སྐུ་མེད་གི་བྱ་ཆེ་ཤོས་དང་ཀུན་ཉིདེ་བྱ་ཡུལ་དོར་བརྟན་པ་ཡང་ཟེར།
- २ ས་རྒྱ་དེ་བ་ (Sahadeva): སྐུ་མེད་བྱ་ནང་གི་མ་ཟིའི་བྱ་ལྷ་ར་བཅས་ཟེར་བ་དེ་ཡིན།
- ३ ལྷ་ཀུ་ལ་(Nakula): སྐུ་མེད་བྱ་ནང་གི་མ་ཟིའི་བྱ་རིགས་ཟེད་ཟེར་བ་དེ་ཡིན།
- ॣ ཨར་རུན་(Arjun): སྐུ་མེད་བྱ་ལྷའི་ནང་ནས་ཀུན་ཉིདེ་བྱ་སྲིད་སྐུ་པ་ཟེར་བ་དེ་ཡིན།
- ॥ མ་ཟི་(Madri): རྒྱལ་པོ་སྐུ་མེད་གི་སྐུ་དམའ་དང་། ལྷ་ཀུ་ལ་དང་ས་རྒྱ་དེ་བའི་ཡུམ་ཡིན།
- ० ཀུན་ཉི་(Kunti): རྒྱལ་པོ་སྐུ་མེད་གི་སྐུས་དམའ་གཞན་དེ་ཡིན། ཁོང་ཡུ་ཤྱིས་ཁྲིར་དང་། ཨར་རུན། ཟླ་མ་སོགས་གྲི་ཡུམ་ཡིན།
- ॡ རྒྱ་ལོ་བ་ཉི་(Draupati): སྐུ་མེད་བྱ་ལྷའི་སྐུས་སྐྱན་ཡིན།

ཁ་བའི་བྱ་བསོད་ནམས་ཀྱིས་དབྱེ་ཡིག་ལས་བསྐྱར། (བསྐྱར་རྩོམ་ཨང་གསུམ་པ།)

གལ་ཏེ་ང་ཚོས་ས་གནི་བཅོང་བ་ན། མཁའ་དབུགས་ནི་དང་ཚོར་གཅིག་ས་ཆེན་ཡིན་པ་སོམས་
 ཤེག་ཨང་། མཁའ་དབུགས་ཀྱིས་ཁོང་ནི་ད་ཀྱི་རྣམ་ཤེས་འོན་མོ་འདི་རང་གིས་སྤྱོད་པ་ཞིན་པའི་སྟོག་ལྟར་
 ཀུན་དང་མཉམ་སྦྱོད་བྱེད། མཁའ་དབུགས་འདི་ཡིས། དང་ཚོའི་མེས་པོ་དག་གིས་ཆེས་ཐོག་མར་བཟུངས་

པའི་སྒྲིག་རྒྱུ་དེ་ཉིད་ཕྱིན་པ་མ་ཟད། ཆེས་མཐའ་མའི་དབུགས་ཀྱི་རྒྱ་བ་དེ་ཡང་བསྐྱེད་པར་བྱས། མཁའ་
རྒྱུ་འདིས་དེ་དེ་ཆོའི་སྤྱུ་གུར་ཆེ་སྒྲིག་གི་ཉིད་བཅུད་ཀྱང་སྦྱོར་པར་བྱེད། དེ་བས་ན། གལ་ཏེ་དེ་དེ་ཆོས་
ས་གཞི་བཅོང་བ་ན། བྱིད་ཀྱིས་ངེས་པར་དུ་གནས་འདི་གཞན་ལས་ཐ་དད་པའི་ཁྱད་པར་ཅན་ཞིག་ཏུ་
བསྐྱེད་སྟེ། སྦྱོ་བོ་ནམས་གནས་དེར་སྦྱོད་པའི་ཆེ་རྩ་ཐང་མེ་ཏོག་གི་དྲི་བསྐྱེད་ལྡན་པའི་དྲངས་བཞིལ་གྱི་
མཁའ་རྒྱུ་འབྱུང་རྒྱ་ཡོད་པ་ཞིག་བསྐྱེད་པར་འབད།

དེ་དེ་ཅག་གིས་རང་རེའི་སྤྱུ་གུར་གང་བསྐྱེད་པ་བཞིན་བྱིད་རང་ཉིད་ཀྱིས་སྤྱུ་གུར་དེ་ལྟར་
བསྐྱེད་བཅ། དེ་ལྟར་ཏེ། སའི་གོ་ལ་ནི་འུ་ཆོའི་སྦྱོས་མ་ཡིན་པས། སའི་གོ་ལའི་སྦྱོང་ཅི་འབྱུང་བ་དག་གོ་ལ་
འདི་ཉིད་ཀྱི་སྤྱུ་གུར་ཐོག་ཏུ་འབྱུང་བ་དང་གཉིས་སུ་མེད།

དེ་དེ་ནམས་ཀྱིས་ཤེས་པ་ནི། ཕྱི་ཉིད་ཀྱི་འཛིག་རྟེན་འདི་ཉིད་རྒྱུ་གཉིས་ཀྱི་འགྲོ་བ་ལ་བདག་པ་
ཞིག་མིན། མི་ནམས་ནི་ཕྱི་སྦྱོད་ཀྱི་འཛིག་རྟེན་ཁམས་ལ་དབང་བ་ཡིན། འཛིག་རྟེན་ཁམས་ཀྱི་སྦྱོ་དངོས་
མཐའ་དག་ནི་འུ་ཆོ་པན་ཚུན་ཁྱད་གིས་གཅིག་ཏུ་བསྐྱེད་པ་བཞིན་པན་ཚུན་སྦྱོལ་ཏེ་གནས་ཡོད། མི་ཆོའི་
ང་བ་ནི་འགྲོ་བ་མིས་སྐྱེས་པ་ཞིག་མ་ཡིན། མི་ནམས་ནི་འདི་ཉིད་བསྐྱེད་ཆའི་ཐག་སྦྱོད་ཉག་ཅིག་ཡིན།
རྒྱུ་གཉིས་འགྲོ་བས་ང་བ་འདིར་བྱ་བ་ཅི་བཅུ་པ་འགྱུར་ཡང་། རང་ཉིད་ཀྱི་ཐོག་ཏུ་བཅུ་མས་པ་དང་སྦྱོག་
ཏུ་མེད་པ་ལྟར་རོ།

དེ་དེ་ཆོས་རྟོགས་པའི་དོན་གནད་གཅིག་ནི། དེ་དེ་ཅག་གི་དཀོན་མཆོག་ནི་བྱིད་ཀྱི་དཀོན་མཆོག་
ཀྱང་ཡིན། ཕྱི་ཉིད་ཀྱི་འཛིག་རྟེན་འདི་ཉིད་ཁོང་ཉིད་ལ་གཅིགས་སུ་ཆེ་བས། གོ་ལར་གནོད་སྦྱོར་གནོད་
བ་ནི་འཛིག་རྟེན་བཀོད་པ་པོ་ཉིད་ལ་ཁྱད་གསོད་བྱུར་བྱུར་སྐྱེད་པ་དང་གཉིས་སུ་མ་མཆིས།
བྱིད་ཀྱི་སྤྱུ་གུར་འདུན་ནི་དེ་དེ་ཆོར་ཡ་མཆོན་ཞིག་ཏུ་སྦྱང་། བཅུ་ཞིག་བ་སྐྱེད་ཀྱང་སྤྱེད་གསོད་གནོད་བ་
དང་། ཉ་རྟོད་པོ་མཐའ་དག་གཡུང་ལ་པབ་པའམ་འདུལ་སྦྱོང་བྱེད་པ་ན། ཅི་ཞིག་འབྱུང་སྤྱིད་དམ། བཅུ་
ཞིག་ནགས་ཆལ་སྤྱུག་པོའི་གསང་བྱུར་གྱི་དབེན་གནས་ཀྱང་ལ་མི་ཆོགས་ཀྱི་དྲི་དང་ལང་ལོང་དུ་འཕྱུར་
བ་དང་། འབྲས་ལྡན་གྱི་རི་པོའི་མཛེས་སྤྱོད་མཐའ་དག་ཆང་ཆིང་དུ་རྒྱ་བའི་ཁ་པར་ཐག་སྦྱོད་ཀྱིས་སྐྱགས་
པ་ན། སྦྱོད་ཕྱིན་ཅི་ཞིག་འབྱུང་སྤྱིད་དམ། ཆང་ཆིང་སྤྱུག་པོའི་སྦྱོད་ཆལ་གང་ན་ཡོད་དམ། སྦྱོངས་ཟིན། རུ་
ཐང་དཀར་རྟོད་པོ་གང་ན་ཡོད་དམ། སྦྱོངས་ཟིན། ཞི་དུལ་འཆོ་གནས་ཀྱི་རྟོགས་མཆོམས་དང་འཐབ་རྩོད་
གསོན་གནས་ཀྱི་གོ་མ་འགྲོས་ཚུགས།

དུས་ནམ་ཞིག་གི་ཆོ། ཆེས་མཐའ་མའི་སྦྱོ་མི་འདི་ཉིད་ཅི་བྱ་གནོལ་མེད་ཀྱི་དང་ལྷ་ལམ་དུ་
གཤེགས་ཏེ། ཁོང་ཉིད་ཀྱི་ངན་ཤེས་འདི་ཉིད་བྱང་རྩ་ཐང་སྦྱང་གི་མཁའ་དབྱིངས་སུ་གཡོས་པའི་སྦྱོན་དཀར་
ཀྱི་གྲིབ་གཟུགས་ཅམ་ཞིག་ཏུ་འགྱུར་པའི་ཆོ། བྱེ་སྐྱེད་དང་སྤྱུ་གུར་ཆང་ཆིང་གི་ནགས་ཆལ་འདི་དག་རང་
སོར་གནས་སྐྱེས་སུ་མཆིས་སམ། གནས་འདི་རུ་ཁོ་པོའི་ཡུལ་མི་ནམས་ཀྱི་སྤྱོད་རྩོན་མོ་རང་གར་ལྷས་
སམ།

གསར་སྦྱོས་ཀྱི་བྱིས་པས་སྦྱོས་མའི་སྦྱོང་ཁམས་ཀྱི་འཕར་སྤྱིང་ལ་རབ་དུ་འབྱེད་པ་བཞིན། དེ་
ཆོས་ཀྱང་སྦྱོད་ཀྱི་འཛིག་རྟེན་འདིར་སྤྱུ་གུར་དྲངས། དེ་ལྟར་ན། གལ་ཏེ་དེ་དེ་ཆོས་ས་གཞི་བཅོངས་པ་
ན། དེ་དེ་ཅག་གིས་གནས་འདིར་བཅེ་བ་བཞིན་བྱིད་ཀྱིས་ཀྱང་དེ་བཞིན་དུ་མཛོད། དེ་དེ་ཆོས་གཅིས་སྐྱེས་

བྱས་པ་བཞིན་ཁྱེད་ཀྱིས་ཀྱང་དེ་བཞིན་དུ་གཅིས་པར་གྱིས། དུས་ནམ་ཞིག་ཁྱེད་ཀྱིས་ས་གཞི་ལེན་པའི་
ཆེ། འདིའི་མཛེས་སྟོན་ལས་བལྟམས་པའི་བྲན་ཤེས་དང་མྱོང་བ་དག་སྒོ་རོར་རྟག་དུ་དམ་པོར་བྱངས་ཤིག་
ཡང་། དགོན་མཆོག་གིས་འུ་ཚོར་བྱམས་ཀྱིས་གཙུགས་པ་བཞིན་ཁྱེད་ཀྱིས་ས་གཞི་འདི་ཉིད་ལ་བཅེ་དུངས་
གྱིས་ལ། ཕྱི་རབས་བུ་ཕྱག་སྒྲུང་དུ་གཅིས་སྟེས་དང་སྒྲུབ་སྒྲོབ་གྱིས། རེད་རྣམས་གནས་འདིའི་ཡ་གྲུལ་ཡིན་
པ་བཞིན་ཁྱེད་ཀྱང་ས་གཞི་འདིའི་ཆ་ཤས་སུ་གཏོགས། ཕྱིའི་སྟོན་གྱི་འདིག་རྟེན་འདི་ཉིད་རེད་ཆོར་བཅེ་
རིན་ཆེ་བ་བཞིན་ཁྱེད་ལ་འང་གཅིགས་སུ་ཆེ་ལགས།
རེད་ཅག་གིས་རྟོགས་པའི་དོན་གནད་གཅིག་ནི། དགོན་མཆོག་ནི་གཅིག་ཁོ་ན་ཡིན་པར་གདའ།
སྒྲིམ་འཕམ་མི་དཀར་སྟགས་འགྲོ་བ་མི་སུ་འདྲ་ཞིག་ཡིན་ཅུང་ཕན་ཚུན་ཐ་དད་དུ་དབྱེ་མི་ཐུབ། གང་ལྟར་
ཡང་འུ་ཅག་རྣམས་ནི་ཕུ་རུ་མིང་སྲིང་ཡིན་ནོ།

སྐྱུར་བ་པོའི་གཏམ།

ཁུས་དཔོན་སྤེ་ཡ་ཏལ་(Seattle)ནི་ཨ་རིའི་རྒྱལ་ས་མ་ཤིན་ཀོན་ཉི་འདབས་ཀྱི་མཚོ་སྒྲིང་ཕུ་ཀེ་ཏ་ས་ཨོ་རྩ་
(Puget Sound)ན་མཆིས་པའི་ཁུས་ཚོ་སྤེ་ཁོ་ཡ་སྤེ་ཤ་(Susquamish)ཡི་ཚོ་དཔོན་ནམ་ཁུས་གཙོ་ཞིག་
ཡིན། ཁོང་ནི་སྤྱིང་སྟོབས་ཆེ་ལ་དཔའ་སྟོབས་ཀྱི་གོ་ཆས་བརྒྱན་པ་དང་། མངའ་ཁོངས་འབངས་མི་རྣམས་སྒོ་དཀར་
བྱམས་ཀྱིས་སྒྲིང་མཁན་གྱི་མགོ་འཁྲིད་བཟང་པོ་ཞིག་ཡིན།
གོང་དུ་བསྐྱར་བའི་འཕྲིན་ཡིག་འདི་ནི། ཁུས་རབས་བརྒྱད་པའི་བར་དཀྱིལ་ཅམ་ལ་ཨ་རིའི་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱིས་རང་
གི་ཉི་འཁྲིས་སུ་མཆིས་པའི་མཚོ་སྒྲིང་རྣམས་ལེན་ཐབས་ཐོག་ས་བཟུང་བྱ་བ་སྤྱིད་ཀྱི་ཕྱགས་འདུན་ནམ་ལས་ངན་
ལ་འདུག་པའི་སྐྱབས། མ་ཤིན་ཀོན་གནས་སྟོན་ཨ་རིའི་སྤྱིད་འཛིན་སྤེ་ཡར་སི་(Pierce)ཡིས་ཁུས་དཔོན་སྤེ་ཡ་
ཏལ་ལ་ས་གཞི་ཉོ་འདོད་པའི་ཆོག་བཅད་ཞིག་གནད་པའི་བཅད་ལན་དུ། ཁུས་དཔོན་གྱིས་སེམས་ཆོར་བྲག་པོ་ལྟན་
པའི་འཕྲིན་ཡིག་འདི་ཉིད་བསྐྱར་བ་ཡིན་ཞེས་འདོད།

༼མཆན༽

དཔྱིན་ཆོག་༼Shining pine needle༽ལ་འོད་མདངས་འཆར་བའི་ཐང་ཤིང་གི་མཛེར་མ་ཞེས་བསྐྱར་བ་
ཡིན། ཐང་ཤིང་གི་ལོ་མ་སྤ་ཞིང་རྫོ་བ་མཛེར་མའི་དཔྱིབས་ཅན་ལ་གོ་དགོས་སོ།

དཔྱིན་ཆོག་༼Prairie༽ཞེས་བ་ཆོག་མཛོད་གཞིར་བཟུང་བྱང་གི་རྩ་ཐང་ཞེས་བསྐྱར་བ་ཡིན། བྱང་ཨ་རིའི་
ཁུལ་དུ་མཆིས་པའི་ས་གཞི་ཡངས་ཤིང་རྒྱ་ཆེ་ལ་སྤང་སྤྱོད་ས་གཞིའི་མཐུལ་གྱི་གོས་བསྐྱབས་པ་ལྟར་ལྟན་ལ། ས་
གཞིས་ནི་གཞིན་བཟང་ལྟན་པ་ཞིག་ལ་གོ། ལེ་ཆན་འདིའི་ཞུ་དག་པ། སྤེ་དག་ཆེ་དབང་མགོན་སོ།

ས་ཤོད་ཀྱི་ཆག་སྒོ།

བ་སངས་ལེ། (འབྲན་རྩེ་མ་ཨང་གསུམ་པ།)

གཅིག

"དེ་རིང་དགོང་མོར་ཆར་ཞོད་ཆེན་པོ་འབབ་རྒྱ་རེད་འདྲག་ དེ་ལྷགས་ལྟར་ཆར་མས་འགྱིམ་
འགྲུལ་དང་ཁང་པ། སྒོག་སོགས་ལ་དོགས་ཚོན་བྱ་རྒྱ་གལ་ཆེན་རེད་"ཅེས་གནམ་གཤིས་བརྟག་དབྱེད་ཀྱི་ལ་
བསྒྲགས་ཁང་གིས་རྒྱུང་འཕྲིན་བརྒྱུད་ནས་རྒྱུང་བསྒྲགས་བྱས། ཏྲ་བདུན་དབང་པོ་རེ་པོའི་ཕྱག་རྒྱ་ཡིབས།
གནམ་མཐའ་ན་སྒྲིན་ནག་འཁྲིགས་ཤིང་གཡུ་འབྲུག་སྒྲོན་མའི་སྐད་སྒྲས་བར་སྒྲུང་བཀའ་། མཐའ་མི་མངོན་
པའི་ས་ཤོད་ཀྱི་ཁོད་ན་རྒྱུང་ནག་འདྲེས་མའི་དྲག་ཆར་རྒྱན་མི་ཆད་པར་བབས། གཞུང་ལམ་བཞི་མདོ་ཅན་
ཞིག་ན་སྒོག་འོད་གསལ་ལ་མ་གསལ་བའི་སྒྱུ་མ་འཁོར་རིགས་ཚོག་འདྲེན་རྒྱངས་འཁོར། སྒྲ་འཁོར། སྒྲེར་
འཁོར་བང་དང་བང་བཅས་ཡར་མར་འཆང་ཁའི་ངང་ཕྱོགས་དང་ཕྱོགས་སུ་སྒྲོད་བཞིན་འདྲག་ ཆེ་ལོ་དང་
བདེ་མཆོ་གཉིས་གཉེན་སྒྲིག་བྱས་ཏེ་ཟླ་བ་གཅིག་ཏྲག་ཏྲག་འཁོར་བའི་དྲན་རྟེན་ཆེད། ཆེ་ལོས། ཉེ་ཆ་ཅག་
ཅིག་བརྒྱབས་ཤིང་། ཆུར་ཡོང་བའི་ལམ་ཁར་སྒོ་བྱར་དུ་མདུན་ཕྱོགས་ནས་སྒྱུ་མ་འཁོར་ཞིག་གིས་བརྒྱངས་
ཏེ་རྒྱུང་ཐག་རིང་པོའི་སར་གཡུགས་པའི་མི་ལམ་དེས་ཆེ་ལོ་གཉིད་ལས་དགྲོགས། ཆེ་ལོའི་གདོང་དང་
གཟུགས་པོ་ཡོངས་ཤིང་ལྡན་ལྷུ་ནག་གིས་སྒྲོན་པ་ཆགས་པ་དང་། སྒྲིང་ཡང་"ལྷུ་མ་གཅིག་ལྷུ་མ་གཅིག་"འཕག་
བཞིན་མལ་ལས་ཡར་ཅོག་ཅོག་བྱས། གནའ་མ་བདེ་མཆོས་"ག་རེ་མི་ལམ་ཞེད་སྤང་ཆ་པོ་ཞིག་བཏང་བྱང་
ངམ་"ཞེས་ཆེ་ལོར་འདྲི་ཞོར་ཨ་ཅོག་གིས་ཆེ་ལོའི་གཟུགས་པོའི་རྒྱལ་ནག་བྱིས། ཆེ་ལོའི་ཨ་མས་"བདེ་མཆོ་
ཁྱེད་རང་ལ་དཀའ་ལས་བཅོས་སོང་ངམ་"ཞེས་གནའ་མ་བདེ་མཆོར་སེམས་གསོའི་ཚུལ་དུ་དེ་ལྟར་བཤད།
ལན་ཆག་ཅི་ཞིག་གིས་ལན་པ་ཡིན་ནམ། ཆེ་ལོ་དང་བདེ་མཆོ་གཉིས་གཉེན་སྒྲིག་བྱས་ནས་ཟླ་བ་གཅིག་
གི་ཤིངས་སུ་བདེ་མཆོའི་ཁྱོ་ག་ཆེ་ལོར་སྒྱུ་མ་འཁོར་གཞན་ཞིག་གིས་བརྒྱངས། སྐབས་དེར་ས་རུབ་ཉེ་སྒྲན་
ནག་སྒྱག་པོ་དང་རྒྱུང་ནག་འདྲེས་མའི་དྲག་ཆར་ལྷགས་ཆེན་པོ་འབབ་ཀྱིན་ཡོད། གནས་ཚུལ་དེ་བྱུང་ནས་
ཆུ་ཆོད་གཉིས་ཅམ་གྱི་ཤིངས་སུ་གཞི་ནས་ཉེན་རྟོག་པས་ཤེས་ཏེ་ས་གནས་དེར་སྒྲིབ་སྐབས་ཆེ་ལོ་དྲན་པ་
ཐོར་ཏེ་ལུས་ཡོད། རེད་དེ། ཆེ་ལོར་སྒྱུ་མ་འཁོར་གྱིས་རྒྱུང་མཁན་ནི་ཁོ་རང་གི་ཁྱོང་ཆོ་གཅིག་པའི་ཨ་ཅག་
ལྷ་སྒྲོན་རེད། སྐབས་དེར་སྒྲན་ནག་ཆགས་ཡོད་པ་དང་སྒྱུ་མ་འཁོར་གྱིས་རྒྱུང་སར་མི་གཞན་པ་སུ་གང་གིས་
མ་མཐོང་། དེར་བརྟེན། ལྷ་སྒྲོན་སྒྲོག་ནས་བྱོས་ཏེ་ཐར། ཉེན་རྟོག་པས་ཆེ་ལོ་སྒྲན་ཁང་དུ་བསྐྱལ་བའི་ཤིངས་
སུ་དྲན་པ་སོས་ཀྱང་སུས་བརྒྱངས་པ་དང་རྒྱུང་མཁན་སུ་ཡིན་ཏེ་ཡོད་པ་མ་རེད། ཉེན་ཞིག་ལ། ལྷ་སྒྲོན་
གྱིས་རྒྱུང་མཁན་མིན་པའི་ཁྱལ་དུ་ཆེ་ལོའི་ནང་དུ་ཡོང་གྱེ། ཆེ་ལོའི་ཨ་མར་"ཆེ་ལོའི་རྒྱུང་པ་ག་འདྲ་འདྲག

མོ་ཙམ་དྲག་འདྲག་གམ་"རྒྱུ་ ཆེ་ལོ་འེ་ཨ་མས་"དེ་འདྲའི་འདྲ་པོ་རེད་ཤག་"བྱས་ན་ཉེན་རྟོག་པར་སྟོན་
གསན་ཞུས་པས་"ག་རེ་བྱེད་ཡ་ཡོད་རེད། ལོ་གཅིག་ལྷག་འགོ་ཡི་ཡོད་པ་རེད་པ། ཉེན་རྟོག་པས་གསུངས་
ཡག་ལ་སྐབས་དེ་དྲུག་དྲུག་ཆོད་འཕྱི་པོ་དང་ཐུན་ནག་སོང་ཙང་རྩང་མཁན་སུ་ཡིན་པ་ཅད་གཅོད་ཐུབ་
ཀྱི་མི་འདྲག་གསུངས་སོང་ཐབས་ཤེས་ག་རེ་ཡོད་པ་རེད།"ཆེ་ལོ་འེ་ལུས་སྤང་བྱེད་དེ་མས་སྟོན་ཆ་བས་ཆེན་
ཐོག་ནས་ནད་འཁོར་དུ་ལུས། སྐབས་དེ་དྲུག་གནའ་མ་བདེ་མཆོར་ཐུག་གུ་འཁོར་ཡོད་ཀྱང་། ཆེ་ལོ་ལ་
སྟུམ་འཁོར་གྱིས་བརྩུངས་པའི་དོན་ཆེན་གཏམ་ངན་དེ་གོ་མ་ཐག་རྒྱགས་ཤར་སྟོད་དྲགས་པའི་ཆེན་གྱིས་
ཐུ་གུ་ཡང་ཤོར། དེ་ནས་བཟུང་ཉེ་བདེ་མཆོ་དང་ཆེ་ལོ་གཉིས་ཀྱི་མི་ཆེ་འེ་མདུན་ལམ་ལ་སྟོན་ཁའི་སྟོང་ལོ་
རྩུང་གིས་ཕྱོགས་དང་ཕྱོགས་སུ་གཏོར་བ་བཞིན་ཆག་ཐུམ་ཅན་དུ་གྱུར་འགོ་བཙུགས། ཆེ་ལོ་སྟེས་ནས་ལོ་
ལྷ་ལས་སོང་མེད་པའི་དྲུག་སུ་ཆེ་ལོ་འེ་ཨ་མས་མ་དང་ཁ་ཁར་བྱས་ཉེ་ཐུག་བདག་ཅིག་གི་བྱིས་དུ་མག་པར་
སོང་། ཆེ་ལོ་ཆུང་དྲུག་ནས་བྱ་སྟོ་ཅེད་མོ་ཅེད་རྒྱར་ཤིན་དུ་དགའ་པོ་དང་བྱ་སྟོ་ཅེད་མོར་བྱང་ཆུབ་པ་ཡོད་
པས་རྒྱལ་ནང་དུ་སྐད་གྲགས་ཡོད། བདེ་མཆོ་ནི་ཆེ་ལོ་འེ་བྱ་སྟོ་ཅེད་མོ་ཅེད་སྤངས་ལ་བཞུས་ནས་སེམས་
པ་བྱེད་དེ་ཤོར་ནས་གནའ་མར་ཡོང་བ་རེད། རེད་དེ། འགྲིམ་འབྲུལ་དོན་ཆེན་གྱི་མཆུག་འབྲས་འདི་འདྲ་
ཞིག་ཡོང་བ་སུས་ཤེས་ཨང་། བདེ་མཆོ་ནི་བྱིས་ཆང་སྟོ་པོ་ཞིག་ནང་སྟེས་ཤིང་། ཆུང་དྲུག་ནས་པ་མ་གཉིས་
ཀ་ཤི་ཉེ་དུ་ཐུག་དུ་ལུས། དུ་ཐུག་གཅིས་ཉར་ཁང་དུ་མཆར་ལངས་བྱུང་ཉེ་སེམས་ཁམས་མཐོ་སྟོབ་ཅིག་
ནང་དུ་སེམས་ཁམས་ཐོག་ལ་སྟོབ་སྟོང་བྱས་ཉེ་མཐར་སེམས་ཁམས་ཀྱི་སྟོན་པ་གྲགས་ཅན་ཞིག་ཆགས།

གཉིས།

ཆེ་ལོ་ནི་རྒྱང་པར་ཆགས་སྟོ་དེ་མ་བྱུང་གོང་ལ་བསམ་སྟོ་གུ་དོག་པོ་རང་མེད་ཀྱང་ཆགས་སྟོ་དེ་
བྱུང་བ་ནས་བཟུང་སྟེ་མི་ཆང་མར་དོགས་པ་ཟ་བ་དང་དམིགས་བསལ་གྱི་གནའ་མ་བདེ་མཆོའི་འབྲས་
དུ་ཡོད་པའི་སྟེས་པ་ཆང་མར་དོགས་ཐོག་བྱས་ནས་བཟུང། ཆེ་ལོ་འེ་སེམས་སུ་ཉེན་མ་གཅིག་ལ་རང་གི་
གནའ་མ་བདེ་མཆོས་བཞག་ནས་འགོ་ཡི་རེད་བསམས་པ་དང་། ད་དུང་ཆེ་ལོ་ནི་བདེ་མཆོའི་སྟེས་ཐུག་གི་
ལས་ཀ་ཐམས་ཅད་ལ་སེམས་ཁམས་ཀྱིས་མཆན་གང་པོར་གཉིད་མི་ཐུག་པར་ཆགས། བདེ་མཆོ་ཕྱིར་ལོགས་
སུ་ག་དྲུག་འགོ་ན་ཡང་སེམས་ཁམས་ཆད་མེད་བྱས། བདེ་མཆོ་ནི་དེ་ལས་ལྷག་ཉེ་སྟོ་རྒྱ་ཆེ་ཞིང་སྟེ་སེམས་
ལྷན། ཐབས་ཤེས་སྟོ་ཆོགས་བྱས་ཉེ་ཆེ་ལོ་འེ་རྒྱང་པར་གྱི་ལུགས་སྟོན་པས་བཤའ་བཅོས་བྱས་ཡོད་ཀྱང་དྲག་
སྟོད་མ་བྱུང་སྟབས། ད་གཟོད་འཕུར་མཉེད་བྱེད་པ་བརྒྱད་དྲག་ཐབས་ཡོང་ཆེད། བདེ་མཆོ་རྒྱན་དུ་ལས་
ཐག་བཅད་པའི་རྩིས་སུ་ཆུ་ཆོད་གཉིས་ཙམ་གྱི་རིང་ལ་འཕུར་མཉེད་སྟོང་བརྟུང་ཁང་དུ་འགོ་གི་ཡོད། ཉེན་
ཞིག་འཕུར་མཉེད་ཁང་དུ་བདེ་མཆོ་འཕུར་མཉེད་སྟོང་བརྟུང་བྱེད་བཞིན་པའི་སྐབས་འཕུར་མཉེད་དགེ་
ཀན་གྱིས་"བདེ་མཆོ་ང་ཆོ་སེམས་ཁམས་བདེ་ཐང་སོང་ཙང་སྟོ་ཡིད་ཆིམ་པ་གནང་དགོས་ཀྱི་རེད་གདའ།
འཇིག་རྟེན་འདིའི་ནང་ཐག་བཅད་མ་ཐུབ་པའི་གནད་དོན་གཅིག་ཀྱང་ཡོད་པ་མ་རེད་"ཅེས་བདེ་མཆོར་
སེམས་གསོའི་ཆུ་ལ་དུ་དེ་ལྟར་བཤད། བདེ་མཆོས་"ང་རང་ཆོ་སེམས་ཁམས་བདེ་ཐང་ཡིན་པར་ཤེས་དུས་
གཞི་ནས་སོ་སོ་སྟོད་པོ་ཡིན་པར་ཉ་གོ་གི་རེད་"ཅེས་བཤད། འཕུར་མཉེད་དགེ་ཀན་གྱིས་"བདེ་མཆོ་དེ་
རིང་ངས་དགེ་ཐུག་གསར་པ་ཞིག་ཉར་རྒྱ་བྱས་པ་ཡིན་"ལཔ་པ་དང་། "ཐག་ཐག་ཐག་"ཅེས་མི་ཞིག་གིས་

སྒྲོ་བརྒྱུད་ལ། འཕུར་མཉེད་དག་ཀྱིས་“ཡར་ལེབས་ཤོག”ལ་བ་མ་ཐག་མི་དེ་ནང་དུ་ཡོང་། འཕུར་མཉེད་དག་ཀྱིས་“གོ་བྱུང་ཨ་ཁོའི་སྒྲོར་ལ་བཤད་པ་དང་ཁོ་བསྐྱེབས་སོང་ང་”ཞེས་བདེ་མཆོར་དེ་ལྟར་བཤད། མི་དེས་བདེ་མཆོར་ལ་འཇུག་མདངས་སྟོན་བཞིན་“ངའི་མིང་ལ་ཆེ་ཐར་འབྲུམ་ཟེར། ང་འདྲིར་འཕུར་མཉེད་སྒྱུར་བརྒྱུད་ལ་ཡོང་བ་ཡིན།” བདེ་མཆོར་ཉོག་ཅམ་ངོ་མཆར་དང་བཅས་བཤད། “ངའི་མིང་ལ་བདེ་མཆོར་ཟེར་གྱི་ཡོད། ང་འབྲུག་གི་གྲོང་ཆོ་ནས་ཡིན། ང་ཡང་འདྲིར་འཕུར་མཉེད་སྒྱུར་བརྒྱུད་ལ་ཡོད། ང་ཆོ་མཉམ་དུ་འབད་བཅོན་བྱེད་དང་” ཞེས་ལན་བཏབ། ཆེ་ཐར་འབྲུམ་ནི་རིང་པོ་མ་ཐོགས་པར་བདེ་མཆོར་སེམས་པ་དབང་མེད་དུ་ཤོར། ཉིན་ཞིག་ལ་བདེ་མཆོར་དང་ཆེ་ཐར་འབྲུམ་གཉིས་འཕུར་མཉེད་སྒྱུར་བརྒྱུད་ཀྱི་སྒྲོ་བ་ཆན་ཆར་ནས་བདེ་མཆོར་གྲེལ་ཟེར་ངང་མཁྱེགས་པོ་འགྲོ་ཅིས་བྱེད་སྐབས་སྟ། ཆེ་ཐར་འབྲུམ་གྱིས་“ཨ་ཡེ་བདེ་མཆོར། ངའི་སྐྱུ་མ་འཁོར་ནང་དུ་མཉམ་དུ་འགྲོ་”ཞེས་དྲིས། བདེ་མཆོར་“མིན་མིན་མིན་སྟགས་རྗེ་ཆེ་”ལན་བཏབ།

ཆེ་ཐར་འབྲུམ་གྱིས་“ཆར་པ་ཞེ་དྲག་འབབ་གིན་འདུག ཨ་ཡེ་ད་ཡར་མ་འཇུག་ན་ཆར་པས་བརྒྱན་པ་བཟོས་རེད་གང་འདྲ་བདེ་མཆོར་”ལམ་ཁོར་ལ་ཁེལ་ཡོད་པ་རེད་དམ་”། དྲིས། “སྒྲུང་དག་མི་དགོས་”དེ་ནས་བདེ་མཆོར་དང་ཆེ་ཐར་འབྲུམ་གཉིས་མཉམ་དུ་སྐྱུ་མ་འཁོར་ནང་འགྲོ་བའི་ལམ་བར་དུ་ཆེ་ཐར་འབྲུམ་གྱི་མིག་བྱུང་གིས་བདེ་མཆོར་བྱུར་མདང་ཡང་ཡང་འཕེན། བདེ་མཆོར་ཆ་གོ་ཆོག་གའི་ངང་ཆེ་ཐར་འབྲུམ་ལ་“ག་རེ་ལྟ་ཡ་འདུག་”ལམ་ཁོར་དུ་ག་ལེར་མགོ་མར་སྐྱར་སྐྱར་བྱས། ཆེ་ཐར་འབྲུམ་གྱིས་“དང་པོར་བཤད་ན་བྱེད་རང་དང་པོ་སྟག་དུས་ནས་ང་བྱེད་ལ་སེམས་པ་བྱེད་དེ་ཤོར་སོང་”ཞེས་བཤད། བདེ་མཆོར་ཁོའི་ཕྱོགས་ལ་ལྟ་ཅམ་བྱས་ཏེ་“ཡོང་ཡ་ཡོད་པ་མ་རེད་ངར་ད་ལྟ་གཟུང་སྒྲུང་དང་བྱིས་ཆང་ཡོད། དགོངས་པ་མ་ཆོམ་རོགས་”ཞེས་ལབ། ཡིན་ནའང་ཁ་བརྒྱུད་པའི་དུས་ཆོད་ནི་དེ་འདྲའི་མཁྱེགས་པ་ལ་ཨང་། འཕྲད་མ་ཉིད་དུ་བདེ་མཆོར་སྟོད་སར་བསྐྱེབས། དེ་ནས་བདེ་མཆོར་སྐྱུ་མ་འཁོར་ནས་མར་བབས་ཏེ་“སྟགས་རྗེ་ཆེ་ཨ་”ལབ། ཆེ་ཐར་འབྲུམ་གྱིས་“ག་ལ་ཡོད་པ་མ་རེད་ག་ལེར་ལེབས་ཨ་”ཞེས་ཕར་སོང་། བདེ་མཆོར་ཨ་མས་སྐྱེའུ་ཁྱུང་ནས་མི་གཅིག་གིས་བདེ་མཆོར་སྐྱུ་མ་འཁོར་ཞིག་ནང་བསྐྱུལ་བ་མཐོང་།

ཆེ་ལོའི་ཨ་མ་ནི་སྐར་ལས་ཀྱང་སེམས་ནད་དང་སེམས་ཁལ་ཆེ་བུ་སོང་། བདེ་མཆོར་སྒྲོར་འཕྱོར་མ་ཐག་ཆེ་ལོའི་ཨ་མས་“བདེ་མཆོར་བྱིས་སྐྱུ་མ་འཁོར་བཏང་ཡོད་དམ་” “མེད་ག་རེ་འདུག ཨ་ལེ་དེ་རིང་ང་མི་ཞིག་གིས་ལམ་ཁོར་དུ་ཁེལ་ཅང་བསྐྱུལ་བྱུང་”ཆེ་ལོའི་ཨ་མས་“མི་དེ་ངས་ངོ་ཤེས་གྱི་རེད་པས་”དྲིས། “ངེད་གཉིས་སྒྱིར་བཏང་ངོ་ཤེས་ཅམ་རེད། ག་རེ་འདུག་” “ག་ལ་མི་འདུག་”ཆེ་ལོས་“ངར་བྱེད་རང་ག་པར་འགྲོ་ཡོད་པ་རེད་དམ། མི་ཡོང་བ་ག་རེ་རེད་”ཅེས་ཐེངས་མང་དྲིས་བྱུང་། “ངས་ག་རེ་ལབ་དགོས་པའང་ཤེས་མ་བྱུང་། ད་འབྲི་པོ་ཆགས་འདུག་ཉལ་ཁ་རྒྱགས་”དེ་ནས་བདེ་མཆོར་ཉལ་ཁ་དུ་བསྐྱེབས། བདེ་མཆོར་“ཆེ་ལོ་བྱེད་རང་གིས་ཡུན་རིང་པོ་ཞེ་དྲག་བསྐྱུགས་སོང་ཞེས་ཨ་མ་ལགས་གྱིས་ཟེར་གྱི་འདུག་” ཆེ་ལོས། “བདེ་མཆོར་ངས་བྱེད་རང་དེ་འདྲའི་སྟག་ཡ་དེ་ང་བྱེད་རང་ལ་དགའ་ཅང་རེད་”། བདེ་མཆོར་“དགོངས་དག ཕྱིན་ཆད་འདི་འདྲའི་འབྲི་པོ་བྱེད་མི་ཡོང་”། ཆེ་ལོས་“ཨ་ཡེ་བདེ་མཆོར་སྟགས་པོ་གསར་པ་དེ་སྟེར་དམ། བྱེད་དམ་བྱེད་མ་རེད། བདེ་མཆོར་”ཆེ་ལོ་སྟགས་པོ་ཞིག་དང་མ་རེད། ངོ་ཤེས་གང་རེད་“ཆེ་ལོས་མི་འདོད་པའི་ནམ་འགྱུར་ངང་”ཉིན། བྱེད་པ་རེད་པས། བྱེད་རང་གིས་མ་བཤད་ནའང་ངས་

ཆང་མགོ་བྱང་།" བདེ་མཆོས་"དེའི་དང་"ཟེར་ཞོར་དུ་ཁ་པར་ལོག་སྟེ་ཉལ། ཆེ་ལོས་ཆོག་གསལ་ལ་མ་གསལ་བའི་ངང་ཆོག་ལ་བ་རྒྱག་བཞིན་ཁ་པར་འདྲི་ལོག་བྱས་ཏེ་ཉལ།

གསུམ།

ཆེ་ལོས། དུས་ཚོད་ཉི་ཤུ་ཙུ་བཞིར་བདེ་མཆོར་སེམས་ཁལ་བྱས་ཏེ་སྤོང་པ་དང་། བདེ་མཆོའི་འགམ་དུ་ཡོད་པའི་སྟེན་པ་ཆང་མ་མིག་ནང་འགྲོ་ཡི་མེད། བདེ་མཆོ་ནི་སེམས་ཁལ་གྱི་སྟོན་པ་ཡིན་པས་སེམས་གསོ་ཁང་དུ་ཉིན་ལྟར་སེམས་ཁལ་མི་བདེ་བའི་མི་རྣམས་སེམས་ཁལ་སྟོབ་བྲིད་བྱས་ནས་སེམས་ཁལ་མི་བདེ་བདེ་ཞི་ཐབས་བྱེད་ཀྱིན་ཡོད། ཉིན་ཞིག་པར་བལྟས་ཆོད་ལ་པོ་ཉམས་དོད་པོ་ཞིག་བདེ་མཆོའི་སེམས་གསོ་ཁང་དུ་བསྐྱེད་པས། ཁོ་ནི་གོང་དུ་དེའི་ནང་སྐད་གྲགས་ཆེ་བའི་བྲིམས་ཚོད་པ་སྟོན་པ་རེད། བཀའ་ཆང་ཞེས་པའི་དུད་ཆང་གི་མག་པ་ཡོང་བ་ཞིག་རེད། ཆུང་དུའི་དུས་ནས་བྲིམས་ལུགས་མཐོ་སྟོབ་ནས་དེའི་ཐོག་སྦྱངས་པ་བྱས་ཏེ་ད་གཞི་དེ་བྲིམས་ཚོད་པ་གྲགས་ཅན་དུ་གྱུར། རེད་དེ། སྤྱི་སེམས་མེད་པ་དང་སྒྲེར་སེམས་ཆེ་ཞིང་བྲིམས་ལུགས་ཆཅན་པས་སྒྲོག་ནས་གཞན་གྱི་རྒྱ་ཟ་རྒྱར་བྱང་ཆུབ་པ་ཡོད།

ཁོའི་སྟེན་སྟོན་མཆོ་མོ་ནི་ཆུང་དུས་ནས་སྟོབ་གྱར་འབྲིམས་ཚོད་མེད་པས་སྟོ་རྒྱ་རྒྱར་ཆུང་ཆུང་སེམས་གཏོག་ཅིང་དུལ་ལ་ཤིན་ཏུ་དགའ། མཆོ་མོ་ནི་རྒྱན་དུ་ཁྱོག་སྟོན་པ་བྱང་མེད་གཞན་གྱི་རྒྱབ་ལ་ཤོར་འགྲོ་བས་མ་པའི་སེམས་ཁལ་གྱིས་ཉིན་མ་མ་འཁྱོངས་ནས་སྤོང་ཀྱིན་ཡོད། སྟོན་པ་ནི་རྒྱ་རྒྱག་པོ་བཀའ་ཆང་གི་ནང་དུ་མག་པ་བསྐྱེད་པ་ཡོད་ཀྱང་མ་སྦྱང་གཉིས་ཀྱིས་རྒྱན་དུ་ཁ་ངན་ཆོག་ངན་ལ་བ་པ་དང་། ཁོའི་སྟོ་རེའི་ཡོང་འབབ་ཆང་མ་ཡར་བསྐྱེད་བྱེད་ཀྱིན་ཡོད། སྟོན་པས་རྒྱན་དུ་བྲིམས་ལུགས་ཆཅན་པའི་སྒྲོག་ཏུ་སྟོན་བདག་གི་རྩ་ནས་བྱར་དུ་ཅ་དངོས་ལེན་པ་དང་དེའི་དབང་གིས་སེམས་པ་གཏོག་པོ་ཆགས་ཤིང་སེམས་ཁལ་རྩ་ཆེར་སོང་། ཉིན་ཞིག་སྟོ་བྱར་དུ་སྟོན་པ་བདེ་མཆོའི་སེམས་ཁལ་སྟོབ་ཆཅན་ཉན་ཁར་བསྐྱེད་པས། དབྱགས་དབྱར་རྒྱབ་ལག་པོ་གཏང་མི་ཐུབ་པའི་ངང་། "བདེ་མཆོ་ལགས་ངའི་སེམས་རབ་ཡོང་རྒྱ་ཡོང་ཆགས་སོང་" བདེ་མཆོས་ "ཁྱེད་རང་སེམས་ཁལ་བཅར་འདྲི་ཞུ་བ་ཐེངས་དང་པོ་མིན་འགྲོ་"ཞེས་དྲིས།

སྟོན་པས་"ལགས་ཡིན་"བདེ་མཆོས་"ང་ཆོས་འདིར་ཡོང་མཁན་ཆང་མ་སེམས་ཁལ་ནད་པར་བཅི་ཡི་མེད་ལ་མགོན་པོ་ཡང་བཅི་ཡི་མེད་"ཅེས་བཤད། སྟོན་པས་"འཇམ་གླིང་འདིའི་སྟོང་ལ་སེམས་ནད་ཞི་བའི་སྟོན་ཞིག་ཡོད་ན་ངས་འགྲོ་སོང་ག་ཆོད་ཅིག་གཏོང་དགོས་བྱུང་ཡང་གཏོང་ཐུབ་པ་"། ཞེས་དབྱགས་རིང་ཤོར་བཞིན་དེ་ལྟར་བཤད། ལར་ནས། སེམས་ཁལ་སྟོབ་ཆཅན་ཉན་པའི་རྩིས་ལ་སེམས་གཏོག་པོ་མི་སྟེ་ཡིན་ཡང་སེམས་ཁལ་བདེ་པོ་ཆགས་ཅང་བདེ་མཆོའི་སེམས་གསོ་ཁང་དུ་འཆང་ཁ་ཤིག་ཤིག་ཏུ་ཆགས་ཡོད། བདེ་མཆོའི་ཁྱོག་ཆེ་ལོ་ནི་དེ་བས་ཀྱང་སེམས་ཁལ་རྩ་ཆེར་སོང་། ཉིན་ཞིག་ལ། ཆེ་ལོའི་ཨ་མས་གནང་མ་བདེ་མཆོ་ལ་"ཨ་ཡི། བདེ་མཆོ་ཁྱེད་རང་དཀའ་ལས་ཁག་པོ་ཞི་བྱས་ཡོད་པ་རེད། ངས་ཀྱང་གང་བྱེད་འདི་བྱེད་མེད་པར་ཆགས། གཙོ་བོ་དེ་ཆེ་ལོར་དོན་རྒྱུན་ངན་པ་དེ་བྱུང་བ་ནས་བསྐྱར་རིང་མ་བྱ་གཉིས་ཀྱིས་ཁྱེད་རང་ལ་བརྟེན་དགོས་པ་ཆགས་སོང་།" བདེ་མཆོས་ "གལ་ཡོད་པ་མ་རེད་"དེ་ནས་བདེ་མཆོ་ཆེ་ལོའི་རྩེར་སོང་སྟེ། "ཆེ་ལོ། སྟོན་ལུགས་སྟོན་པས་ཁྱེད་རང་ངེས་པར་དུ་གཞུགས་པོ་སྦྱོང་བར་བྱ་དགོས་ཀྱི་རེད་གསུངས་བྱུང་བ་མ་ཟད་འཕུར་མཉེད་རྒྱན་སྦྱོང་བྱེད་ན་རྒྱུད་ཡོང་གི་རེད་

གསུང་གི་ནང་འདུག ཆེ་ལོས་“བྱས་ན་ངས་ག་རེ་བྱེད་དགོས་ཀྱི་རེད་དམ་” བདེ་མཆོས་ “ངེད་གཉིས་སང་
 ཉིན་ལུས་གསོ་བསྟེ་གནས་ཁང་དུ་འགོ་“བྱི་ཉིན་དེར་བདེ་མཆོས་ཆེ་ལོ་ནད་འཁོར་འཁོར་ལོའི་ནང་དུ་
 སྤྱིད་དེ་ལུས་གསོ་བསྟེ་གནས་ཁང་དུ་ཆས་ཏེ་ཆེ་ལོའི་གཟུགས་པོ་སྦྱོར་བར་བྱེད་བཞིན་པའི་སྐབས་སུ་སྡོ་
 བུར་དུ་བདེ་མཆོའི་ལག་ཐོགས་ཁ་པར་གྱི་དྲིལ་བཟའི་སྒྲ་“ཏུར་ཏུར། ཏུར་ཏུར་”ཞེས་གྲགས། བདེ་མཆོས་
 མིག་ཟུར་གྱིས་ཆེ་ལོར་ལྟ་ཞོར་ཁ་པར་སྤངས་“མ་ཡེ། སུ་ཡིན་ནམ་” “མ་ཡེ། བདེ་མཆོ་ང་ཆེ་ཐར་འབུམ་
 ཡིན། དྭ་ཆར་ངའི་གྲོགས་མོ་ཆེ་རིང་སྦྱིད་ཀྱི་སེམས་ལ་དངངས་སྐྱེས་ཞེ་དག་བྱེད་ཀྱིན་འདུག་ཁོ་མོའི་ཁྱོ་
 གས། ཁོ་མོ་བརྟུངས་ཏེ་གང་བྱེད་འདི་བྱེད་མེད་པར་བཟོས་བྱུང་”བདེ་མཆོས་“ཨ་ལེ། དངངས་སྐྱེས་མ་
 གནང་གལ་ཡོད་པ་མ་རེད་”ཆེ་ཐར་འབུམ་གྱིས་“ད་ལྟ་ང་ཁྱོད་ཀྱི་ཆུལ་སྤོའི་རྩེ་ཡོད། ཁྱོད་རང་
 མར་ཞིག་ཐེབས་ཐུབ་ན་” “ཡོང་ང་། ང་ལ་མ་སང་ཡོང་ཆོག་”ཅེས་ལབ་ནས་བདེ་མཆོས་ཆེ་ལོར་རྟགས་པ་
 བྱེད་མཁན་ཁོ་རང་གི་སྐས་མོ་མཆོ་མོར་ཁ་པར་ཞིག་བརྒྱབས།

ཏུར་ཏུར། ཏུར་ཏུར།” མཆོ་མོས་ “ཨ་ལེ། སྐྱེ་ཁམས་བཟང་། སུ་ཡིན་ནམ་འདི་ཁྱོད་ཀྱི་ཆུལ་ཆོག་ང་
 ཁང་རེད་”བདེ་མཆོས་“མཆོ་མོ་ང་བདེ་མཆོ་ཡིན། ང་ད་ལྟ་ལུས་གསོ་བསྟེ་གནས་ཁང་དུ་ཡོད། ངར་ལས་
 ཀའྲོག་ཅམ་འཕྲད་སོང་། ཁྱོད་རང་ངའི་ཐོ་ལགས་ལ་རྟགས་པ་ཏྲོག་ཅམ་བྱེད་པར་ཤོག་དང་” མཆོ་མོས་
 “ཨ་ལེ་”ང་ཡོང་ཆོག་“དེ་ནས་བདེ་མཆོས་“ཆེ་ལོ་ཏྲོག་ཅམ་ནས་མཆོ་མོ་འདིར་རྟགས་པ་བྱེད་པར་བསྐྱེབ་
 ཀྱི་རེད་”ཆེ་ལོས་“མོ་རང་ཡོང་ཡ་ག་རེ་རེད། ཁྱོད་རང་བེལ་བེལ་དེ་འདྲ་བྱེད་ལ་བྱ་གཏད་སོ་དོད་པོ་དང་
 འཛེམས་དུས་བཟོས་ཡོད་པ་མ་རེད་དམ་” བདེ་མཆོས་ “མ་རེད་ངའི་གྲོགས་མོར་རྟགས་བྱེད་མཁན་ཞིག་
 དང་མཛེམས་དུས་བཟོས་ཡོད་” ཆེ་ལོས་ “བཀྲ་ཤུ་ཆང་སྟེན་པ་དང་འབེལ་བ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པས་” “མ་
 རེད་ཁྱོད་རང་དེ་འདྲའི་དོགས་པ་ཆ་བ་ལ། ངས་སེམས་ཁམས་སྟོབ་སྤྱིད་བྱེད་ས་བྱུང་མེད་ཅིག་གི་གྲོགས་
 པོ་ཞིག་རེད། དེས་ངར་རྟགས་པ་ཞིག་བྱེད་རྟགས་ལབ་ཀྱིན་འདུག་ ཁོའི་གྲོགས་མོ་བྱུང་མེད་དེ་ཁྱོ་ག་དང་
 ཁ་ཁར་བྱས་ཐེས་ཁྱོ་གས་སུ་གྲག་གཡུགས་ནས་འགོ་ཆར་ཤག ཁྱོ་གས་སུ་གྲག་དེར་ལྟོ་དོད་ཡང་སྤྱོད་མི་འདུག
 དེར་བརྟེན། དེ་ནས་བྱུང་མེད་གང་བྱེད་འདི་བྱེད་མེད་པར་སུ་གྲག་གྲག་དེ་མན་བདེ་ཁང་དུ་གཡུགས་ཏེ་ཆས་
 ཆར་ཤག སུ་ག་གྲག་དེ་སྟེང་རྩེ་བ་འདུག ངས་ཅིག་ལྟ་འདོད་འདུག་”ཅེས་ལབ། ཆེ་ལོས་ “ཨ་ལེ་དེ་འདི་ཡིན་
 པ་རེད། བདེ་མཆོ་འཆོག་པ་མ་ཟེམ་” ཆེ་ལོས་ “གལ་སྤྱིད་སུ་གྲག་དེ་ང་རང་གཉིས་ཀྱི་རྩེ་ཡོང་འདོད་
 ཡོད་ན་ཁྱིད་ཤོག་དང་། ང་ཆུང་དུས་པ་པས་གཡུགས་ཅང་སུ་གྲག་གྲག་འི་སེམས་ནང་ག་རེ་བསམ་ཀྱི་ཡོད་མེད་
 ངས་གསལ་པོ་ཤིས་ཀྱི་ཡོད། ཡག་བྱུང་ཆེ་ལོ་”ཟེར་ནས་བདེ་མཆོ་བྱི་ལ་ཐོན།

བཞི།

དེའི་རྗེས་སུ་མཆོ་མོ་ཆེ་ལོའི་རྩེ་སྟེན་ཐོག་ཏེ་ཆེ་ལོར་རྟགས་པ་བྱས། ཆེ་ལོས་“མཆོ་མོ་” “ལགས་
 ཨ་”ང་ས་ཆ་ཞིག་ལ་སྤྱིད་དང་” “ག་པར་”ཆེ་ལོས་“མན་བདེ་ཁང་ལ་” “འོ་ལེ”དེ་ནས་ཆེ་ལོ་དང་མཆོ་
 མོ་གཉིས་མན་བདེ་ཁང་དུ་འགོ་བའི་ལམ་བར་དུ་ཆེ་ཐར་འབུམ་དང་། བདེ་མཆོ་གཉིས་ལག་པ་འཇུ་རེས་
 བྱས་ཏེ་ཁ་བརྟུང་བྱེད་ཀྱིན་ཡོད་པ་མཐོང་། དེ་ནས་ཆེ་ལོ་ཁོང་ཁྱོ་ཟེམ་ཆོད་དེ་ལྷགས་མདའ་ཞིག་ཁྱོར་ཏེ་
 “མེ་སྟེན་པ། རོ་ཆ་རྒྱ་མེད་པ་ཁྱོད་རང་ཡིན་ན། ངའི་ཨ་ཅེ་བཙན་སྤྱིད་བྱས་ནས་ག་རེ་བྱེད་ཅིས་ཡོད་”ཟེར་

ཞོན་མེན་པར་ལྷགས་མདས་བྱུག་ མེན་པ་ཡང་ཁོང་ཁྱོ་མེན་ནས་ཆོ་ལོ་དང་ཁ་འདྲིང་ལག་འདྲིང་ཐེངས་ཁ་
ཤས་བྱས། དེ་ནས་བདེ་མཆོས་ཆོ་ལོ་ཁྱིད་དེ་བྱིས་དུ་ལོག་ ཆོ་ལོས་"བདེ་མཆོ་དེ་རིང་རྩས་ངན་དེ་བྱིད་རང་
གིས་བཤམས་པ་མ་རེད་དམ"ཞེས་དྲིས། བདེ་མཆོས་"ག་ནས་ག་ནས་བྱིད་རང་བསམ་མཐོ་གཏང་ཡ་
མང་དག་པ་རེད་" "གཅིག་བྱས་ན་ཡིན་འགྲོ་"ཆོ་ལོས་དེ་ལྟ་ལག། ཡང་བསྐྱར་ཆོ་ལོས་"བྱིད་རང་གིས་
ངར་དང་པོ་བཤད་མ་སོང་"བདེ་མཆོ་ཁོང་ཁྱོ་དང་བཅས་"ཉིན་བྱིད་རང་ཡིད་མ་ཆེས་ན་ངར་བཤད་ཡ་
གལ་མེད"། ཅས་བཤད་དེ་གཉིད་དུ་ཡུར།

ཆོ་ལོའི་མ་ནི་ལོ་ན་བགེས་པོ་དང་ལྷག་པར་དུ་རང་གི་བྱ་ཆོ་ལོར་གད་ཆགས་ངན་པ་བྱུང་བ་
དང་། བྱའི་གནའ་མ་ཡང་ལོ་ན་ཆུང་ཞིང་བྱད་གཟུགས་ཡག་པོ་ཡོད་པའི་སྐང་ལ་ཤེས་ཡོན་གྱི་འགན་
འཁུར་མི་སྣ་ཞིག་ཡིན་ཅང་། བྱ་དང་ཉིན་མ་ཞིག་ལ་ཁ་བྲལ་འགྲོ་བསམ་པའི་སེམས་ནད་ཀྱིས་རིང་པོ་མ་
ཐོགས་པར་ཆོ་ལོའི་ཨ་མ་ནི་གྲོངས། དོན་ངོ་མའི་ཐོག་ལ་བདེ་མཆོ་ནི་ཁོ་ཆོས་བསམ་པ་ནང་བཞེན་མ་
ཡིན་ཀྱང་། ཆོ་ལོའི་བསམ་པར་ཨ་མ་ནི་གྲངས་ད་བདེ་མཆོས་ག་དུས་གཡུག་གི་ཡོད་བསམ་པའི་དོགས་པ་
མང་པོ་སྐྱེས། དེ་ནས་ཉིན་མ་གཅིག་ལ་ཆོ་ལོས་བསམ་མཐོ་འདི་ལྟར་འཁོར་བ་རེད། ད་ང་རང་གི་རྐྱང་པ་
ནི་དག་སྐྱོད་ཡོང་རྒྱ་ཁག་པོ་རེད་ཨ་མ་ཡང་གྲོངས་ནས་ཡོད་པ་མ་རེད། དེ་ལས་ད་ཆར་སྒྲོར་མོ་དྲོག་ཅམ་
ཡོད་ཐོག་ལ་དུ་ལྷག་གཅིས་ཉར་ཁང་དུ་འདྲུལ་བ་ཡིན་ན། མི་ཆེ་གཅིག་གི་རིང་གཡོག་རྒྱུ་མཁན་རག་
གི་རེད་བསམས་ཏེ་བདེ་མཆོའི་སྒྲོག་ནས་ཆོ་ལོ་དུ་ལྷག་གཅིས་ཉར་ཁང་དུ་འདྲུལ། རྗེས་སུ་བདེ་མཆོས་ཏ་
གོ་ནས་ཆོ་ལོ་རང་བྱིས་དུ་ཆུར་བྱིད། ཉིན་ཞིག་ཆོ་ལོ་ནད་འཁོར་ལ་བརྟེན་ནས་ལམ་དུ་འགྲོ་སྐབས་སྒྲོ་བྱར་
དུ་སར་འགྲེལ་དེ་ཡར་ལངས་སྐབ་ལ་མ་སྐབ་ལ་བྱེད་སྐབས་རྒྱབ་ནས་"ཡར་ལངས་དང་"ཞེས་བྱ་མོ་ཞིག་
གི་སྐད་གོ་ཆོ་ལོས་ཁ་བྱིར་འཁོར་ཏེ་ལྷ་སྐབས་གྲོང་རྩལ་གྱི་བཀའ་ཁྱུ་ཆང་གི་བྱ་མོ་མཆོ་མོ་རེད།

ཆོ་ལོས་"མཆོ་མོ་བྱིད་རང་གིས་ངར་རོགས་པ་བྱེད་ཡག་རེ་རེད་"དྲིས། "མ་ཡེ་ཆོ་ལོ་དེ་ཡང་
ཏ་གོ་གི་མི་འདུག་གམ། བདེ་མཆོས་ངའི་རྩོལ་གས་བསྐྱབས་པ་རེད་པ། ངས་བྱིད་རང་ལ་རོགས་པ་བྱིད་
ཆོག་གི་མ་རེད་པས་" ལན་བཏབ། ཆོ་ལོས་"བྱིད་ཀྱིས་དངོས་གནས་དེ་འདྲ་བསམ་གིན་འདུག་གམ་
"མཆོ་མོས་"ངས་ལྷག་བསམ་ནམ་དག་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་བྱིད་རང་གི་མཐོང་གི་མི་འདུག་གམ་"ཞེས་བཤད།
ཆོ་ལོས་"མཐོང་གི་མི་འདུག་"མཆོ་མོས་"གཅིག་བྱས་ན་དེ་འདྲའི་ཡིན་འགྲོ་ང་ཡང་དེང་སང་སེམས་པ་
སྐྱིད་པོ་མི་འདུག་ བྱིད་ཀྱིས་ཤེས་ཀྱི་ཡོད་པས་ངའི་རྩོལ་གས་དང་བྱིད་རང་གི་གནའ་མ་བདེ་མཆོ་གཉིས་
རྒྱན་དུ་སེམས་ཁམས་སྒྲོབ་བྱིད་ལ་ཁག་ཡར་ཏེ་འགྲོགས་འདྲེས་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད་"། ཆོ་ལོས་"ངས་དེ་
འདྲའི་སྐྱུག་ཅག་མཐོང་གི་མི་འདུག་ བྱིད་རང་འཁྲབ་ཆན་བརྟན་འཕྲིན་ལྷ་རྒྱར་མང་དགས་ནས་སྐྱགས་པ་
ཆགས་པ་མ་རེད་དམ་"མཆོ་མོས་"ཆོ་ལོ་བྱིད་རང་གིས་བསམ་མཐོ་ཡག་པོ་ཐོངས་"ཞེས་ལབ་ཏེ་པར་ཐོན།
དེ་ནས་ལོ་གཉིས་ཀྱི་རྗེས་ལ་ཆོ་ལོའི་རྐྱང་པ་འཕུར་མཉེད་དང་སྦྱང་བརྟན་བརྟུད་དེ་ཆོ་ལོ་ནད་འཁོར་དུ་
སྦྱང་མ་དགོས་པར་མཁར་རྒྱུག་པ་ལ་བརྟེན་ནས་པན་ཆུན་འགྲོ་འོང་བྱེད་སྐབ་པ་བྱུང་།

ཉིན་ཞིག་ལ་ཆེ་ལོ་དང་བདེ་མཆོག་གིས་ཁ་ཚིག་རྒྱག་བཞིན་པའི་སྐབས། ཆེ་ལོ་བདེ་མཆོར་ཁོང་
ཁྱོད་མེད་སྟེ། ཡར་ལངས་བྱེད་སྐབས་གཞི་ནས་ཆེ་ལོའི་རྒྱུ་ལ་ཆོར་བ་ཡོད་པ་ཏེ་གོ་
ནས་དགའ་སྟོང་མེད་བྱུང་སྟེ། བདེ་མཆོར་འཛིན་ཆུང་ཆབ་ཏུ་གདམ་བཤད་ཞེས་ཆེ་ལོས་“ང་ཡར་
ལངས་སོང་ངམ། ཨ་བདེ་མཆོར་ང་ཡར་ལངས་སོང་ངམ”ཞེས་དྲིས། བདེ་མཆོས་“ཆེ་ལོ་དངོས་གནས་ཡར་
ལངས་པ། ང་རང་རང་གིས་མཐོང་སོང་”ལན་བཏབ། བདེ་མཆོས་“ཆེ་ལོ་ཡང་བསྐྱར་ཡར་གཅིག་ལོངས་
དང་། ཨ་གོ་ཤུགས་རྒྱུ་ལས་ཨ་”ཞེས་ལབ། དེ་ནི་འཕྱར་མཉེད་དང་སྦྱོར་བཅས་རྒྱན་སྦྱོར་བྱས་པའི་འབྲས་བྱ་
ཞིག་རེད། དུས་དེ་ནས་བཟུང་སྟེ་ཆེ་ལོ་དང་བདེ་མཆོག་གིས་ལ་གཞི་ནས་སྦྱིད་པའི་ཉི་མ་ཞིག་འཆར་འགོ་
བཅུགས།

ཆེ་ལོས་“བདེ་མཆོ་ཉི་མ་སང་ཉིན་ནས་ང་ལུས་གསོ་བཞི་གནས་ཁང་དུ་ཕྱིན་ཏེ་ལུས་པོ་སྦྱོར་
བཅས་རྒྱན་སྦྱོར་བྱས་ཏེ་ཐད་དེ་ལངས་བྱེད་པ་བྱེད་ཀྱི་ཡིན་”ཞེས་བཤད། བདེ་མཆོས་“ཆེ་ལོ་ངས་སྟོན་མར་
ཁྱོད་རང་ལ་བསམ་ཡུལ་ལས་འདས་པའི་གནས་ཚུལ་ཐོན་སྲིད་ཀྱི་རེད་ལམ་ཡིན་པ། དེ་དངོས་གནས་རེད་
འདྲག་ཨ་”། ཆེ་ལོས་“ད་ཡང་ངས་ཉན་ཉན་བྱས་ཆེད་མོ་ཆེད་དེ་རྒྱལ་ནང་ལ་སྐད་གྲགས་འཛིན་རྒྱ་རག་གི་
རེད་”ཅེས་དགའ་སྟོང་དང་བཅས་དེ་ལྟར་བཤད། དེ་ནས་བཟུང་སྟེ་སྤར་བཞིན་ཆེ་ལོ་དང་བདེ་མཆོག་གིས་
སྦྱིད་པའི་ཆོར་བ་རོལ་བའི་དུས་ཤར། ཉིན་ཞིག་ལ། ཆེ་ལོ་དང་བདེ་མཆོག་གིས་ཆེ་ལོ་སྐྱུམ་འཁོར་གྱིས་རྒྱུ་
སར་ཆས་ཏེ་སྟོན་མར་བྱུང་བའི་གནས་ཚུལ་ནམས་ཁ་བཅས་ཁྱོད་དུ་ཕྱིར་བཞུགས་ཀྱིས། ཆེ་ལོས་“བདེ་མཆོ་
ལྟོས་དང་ས་ཆ་འདིར་ལོ་གཅིག་གི་གོང་ལ་ངར་གོང་ཆག་དེ་བྱུང་བ་རེད་”བདེ་མཆོས་“ཆེ་ལོ། རེད་གཉིས་
ཆ་རེད། ནམ་ཡང་བཟེད་བྱེད་ཀྱི་མི་འདུག། སྐབས་དེ་དུས་གནས་ཚུལ་དེ་གོ་མ་ཐག་རྒྱགས་ཤར་བྲངས་
ནས་ཡོང་བའི་ལམ་དུ་རྒྱུ་པ་རྩོལ་སྟོན་ཐོགས་ཏེ། སར་འགྲེལ་ནས་ངའི་གོང་ཁོག་ནང་ཡོད་པའི་ཤུག་གུ་དེ་
ཡང་ཤོར་བ་རེད་”ཆེ་ལོས་བདེ་མཆོར་དམ་པོར་འདུས་ཏེ་“བདེ་མཆོག་ནས་ཚུལ་ཆར་བ་དེར་བསམ་མཐོ་
མ་གཏོང་། དེ་ལས་རེད་གཉིས་ཀྱི་མ་འོངས་པར་བསམ་མཐོ་ཐོངས་དང་ཉན་ཉན་ཡག་པོ་འབྱུང་གི་རེད་
”ཅེས་བཤད། བདེ་མཆོས་ཀྱང་ཆེ་ལོར་དམ་པོར་འདུས་ནས་ཆེ་ལོ་“ཁྱེད་རང་གི་རྒྱུ་ལ་བྱས་
དེ་དགཉིས་ཀྱིས་རྒྱན་རིང་འབད་བཅོན་བྱས་པའི་བྱེད་འབྲས་རེད་གདའ། སྐབས་དེ་དུས་ཁྱེད་ལ་གནས་
ཚུལ་སྐྱེད་ཅག་དེ་བྱུང་ཆེས་སུ་ཁྱེད་རང་ཡང་ཡིད་ཐང་ཆད། ང་ཡང་ཅི་བྱེད་འདི་བྱེད་མེད་པར་ཆགས་པ་
རེད། ཡིན་ནའང་། ད་ཆར་ང་རང་གཉིས་ཀྱིས་འབྱུང་གི་ཆེད་དུ་ཕན་ཚུན་ཡིད་ཆེས་དང་བཅི་འཛིན་བྱེད་
པའི་ཐོག་ནས་འབད་བཅོན་བྱས་ན་ཉན་ཉན་དགའ་ངལ་ལས་གོལ་བྱེད་ཀྱི་རེད་ངར་ཡིད་ཆེས་བྱོས་དང་
”ཞེས་བཤད། ཁོ་གཉིས་ཀྱིས་རྒྱུ་རིང་ས་སྟོང་གི་རྩལ་མཐའ་དེར་ཡུན་རིང་ལ་མིག་ཅེར་རེར་བལྟས་ཆེས།
མིག་བྱུང་དལ་བྱར་བཅུ་མས་ནས་ཕྱིར་འཁོར་ཏེ་ལམ་དུ་ཁྱེད་གས།

སྟོན་པོ་ ༡༠༡༡, ༠༩, ༡༢ ཉིན་ལ།

འབྱོར་གཏུང་།

ཡེ་ཤེས་བསམ་གཏན། (འགྲམ་ཚོམ་ཨང་གཉིས་པ།)

ཨ་ཁུ་དོན་གྲུབ་ནི་སེམས་བསམ་པའི་སྒྲེང་གི་གསང་བ་དང་རེ་ལྟོས་ཡོད་ཚད་དྲན་མེད་ཏུ་བརྒྱལ་
ཞིང་འགྲུལ་གྱིན་པའི་ནམ་ཤེས་དེ་ཡང་ལས་སྒྲ་པོ་ཞིག་འགྲུགས་སྐབ་གྱིན་མེད། མཆོ་མོས་ཇི་ལྟར་སྒྲོར་
ཡང་གཟུགས་པོའི་རང་ཤུགས་ཀྱི་རྒྱས་པ་མ་ལུས་ཉམས་པར་མ་བྱེད། མཆོམས་རེ་ཁ་ཁྲག་ནས་རྒྱབས་ཕྱིང་
འཕྱར་བ་ལྟར་ཁྲག་སྒྲ་པོ་ཞིག་བྲང་ཁར་འཇར་དུས་མཆོ་མོ་བལྟ་བའི་མི་བཟོད་པར་སེམས་ནས་སྒྲོ་གདུང་
དང་སྒྲིང་རྗེ་སྒྲིང་སྒྲིང་ཞིག་ཁྲག་ཚ་ཡོངས་སུ་རྒྱར་འོང། ཡུན་རིང་མ་སོང་པར་རང་གི་བྱ་སྤྱོད་ཆོགས་ཏུ་
ངག་ལྟན་ཏུ་ཨ་པའི་གམ་ཏུ་འབྱོར་བ་དང་རྗོད་པས་སྒྲ་བ་ལ་མེ་མདའ་བསྐྱོན་པ་ལྟར་ཨ་ཁུ་དོན་གྲུབ་ཁ་
ནས་ཁྲག་འཕྱར་ཐེངས་གཅིག་གིས་བྱི་མའི་ལམ་ཏུ་བཞུད་སོང། ཨ་ཁུ་ཨ་པས་རང་གི་བྱ་ལ་འགྲོ་ཁར་
ཆོག་འབྱུག་ཅིག་གི་ཁ་ཆེམས་མ་འཛོག་ཅིང། རང་གི་བྱ་མཐོང་པ་དང་འཕྲལ་ཏུ་བཞུད་དགོས་པའི་
གནད་དོན་ཅི་ཞིག་ཡིན་ནམ། ཨ་ཁུ་དོན་གྲུབ་འགྲོ་ཁར་མིག་གཉིས་འཇུ་མ་མ་སྐབ་པར་མཆོ་མོ་ལ་ཁ་འཁྲུ་
རིལ་བཟང་འདུག་པ་ལ་བལྟས་ན་ཉན་ཉན་ཡང་བའི་གཏམ་རྒྱུད་ཅིག་མཐོང་རྒྱུ་ཡོད་པ་འདྲ།

དང་པོ།

མཁའ་དབྱིངས་སུ་རྒྱ་སྐྱར་ཕྱ་མོ་ཐར་ཐོར་འཆོར་ཞིང་མཛེས་སྤྱད་གི་མིག་འཇུ་མ་བྱེད་སྐྱངས་ལ་
བལྟས་ན་འཛིག་ཉེན་གྱི་ཁམས་ལ་ལྟན་མོ་ཆེན་པོ་ཞིག་རིག་གིན་ཡོད་པ་འདྲ། རབ་རིབ་ཀྱི་སྤྱན་ནག་
ཁྲོད་དུ་ཤིག་ཤིག་ཏུ་གཡོ་བའི་ལྗོན་ཤིང་གསེབ་ནས་རྒྱང་བྱ་ལྱར་ལྱར་ཞིང་ཡངས་པའི་ས་གཞི་ཀྱན་ལ་
འབྱ་སྤྱོད་ཀྱི་རྒྱ་སྐྱར་པོ་ཞིག་འབྱུལ་འཁོར་ནས་སྒྲ་དབྱངས་བཏང་བ་དང་ཀྱན་ནས་མཚུངས། ཨ་ཁུ་དོན་
གྲུབ་ཀྱི་སྒྲོ་འགྲམ་ན་ཁྱི་རྒན་དེས་བར་མེད་ཟུག་པའི་སྒྲ་དེ་ཁྱིམ་མཆོས་ནམས་ཀྱི་ན་བར་གཟན་བཞིན་
ཡོད། ཨ་ཁུ་དོན་གྲུབ་ནི་མལ་བསྐྱོན་རྒྱུ་ལ་ཞིག་གི་ཐོག་ཏུ་འདུག་སྟེ། རྒྱབས་རེ་ལག་གཉིས་པན་ཚུན་
འཕྱར་འཕྱར་བྱས་ཤིང་མཆོམས་རེ་ལག་གཡོན་པས་འགྲམ་པ་སྒྲོར་ནས་མིག་གཉིས་ནག་ཤོག་གི་ང་དེམ་
དེ་ལ་ཡུན་རིང་ཅིར་ཞིང་མཚོ་བསམ་གྱི་དྲ་བ་ལས་རྒྱལ་མ་སྐབ། ཀ་བའི་སྒྲེང་དུ་སྒྲོན་མེ་དེ་ཡང་ཨ་ཁུ་དོན་
གྲུབ་དང་མཉམ་ཏུ་བསམ་གཞིག་གི་ཚུལ་དུ་མེ་ལྷེ་ཤར་རེ་འབར་བཞིན་འདུག སྒྲིར་ཨ་ཁུ་དོན་གྲུབ་ནི་
ངལ་ཚོལ་ཆེ་ཞིང་དཀའ་ཆོགས་ལ་གདོང་ལེན་སྐབ་པའི་པོ་རབས་ཤིག་ཡིན་ལ། སྒྲེ་པོ་སུ་ཞིག་གིས་བལྟས་
ཀྱང་ཁོ་པའི་གདོང་གི་རྒྱམ་འཕྱར་ལས་ཁྱམ་མེད་ཀྱི་སྒྲིང་སྒྲོབས་མཐོང་སྐབ་ཅིང། ངག་གི་བརྗོད་པ་ལས་

གནས་ལུགས་ལྟན་པའི་མི་ཞིག་ཡིན་པ་རྟོགས་སྟེ། གཞུགས་སྟོབས་ཏུ་ཅད་ཆེན་པོ་མིན་ཡང་ཁོ་པ་ལ་འོས་
འཛམ་གྱི་བྱད་གཞུགས་ཤིག་ཡོད་སྟབས་མི་འགའ་རེས་ཁོང་ལ་སྐྱེ་ཅིང་དང་ལྟན་ཏུ་པོ་རྟོན་ཅེས་འབོད་
བཞིན་འདུག ཁོ་པས་ལས་ཀ་ག་འདྲ་ཞིག་འཛོལ་ཡང་མ་རེག་པའི་དཀའ་ངལ་འཕྲད་མ་ཅིང་། ཨ་ཁུ་དོན་
གྲུབ་ཀྱི་ཁྱེད་དེ་ད་དུང་ཡང་ཟུག་སྒྲུ་འཆད་རྒྱ་མི་འདུག ཨ་ཁུ་དོན་གྲུབ་ཀྱིས་རང་གི་བྱ་ཐུན་ཆོགས་ལ་
"བྱ་དགོང་མོ་ཁྱི་ལ་ལྟོ་སྟེང་པས"ཞེས་ངག་དམའ་མོས་དེ་ལྟར་ལབ་ནས་རྩལ་ཅན་མོང་མོང་ཡང་བྱ་ཐུན་ཆོགས་
ནི་ལུས་སྟོང་ཀ་བ་ལ་བསྟེན་ནས་མགོ་བོ་བྱར་དུ་གཡུག་ཅན་གཡུག་ཅན་རེ་བྱེད་བཞིན། སྐབས་རེ་མགོ་བོ་
དལ་གྱིས་བཏོགས་ནས་རྩལ་ཅན་མོང་མོང་འགོར་བར་མིག་གཉིས་རིམ་གྱིས་བྱམ་ནས་མགོ་བོ་བྱར་ཁར་ལྷུང་། ཨ་ཁུ་
དོན་གྲུབ་རང་གི་བྱ་ལ་ཤ་ཆ་ནས་གཉིད་ཐུན་མ་དགོག་པར་ལག་བྱང་དལ་གྱིས་སྒངས་ཏེ་ཉལ་ཁྲིའི་ཐོག་
བསྟལ་ཟེན་པ་དང་ཁྱི་ལ་ལྟོ་སྟེང་དུ་སོང་ངོ་། །

གཉེས་པ།

ཞོགས་པའི་སྐྱེ་རངས་ཀྱིས་བྱ་མོ་རང་གི་དགའ་མ་ཉི་གཞོན་དང་འགྲོགས་ནས་བཅེ་དུངས་ཀྱི་
བོ་བཅུད་འདིག་ཉེན་གྱི་མི་ལ་འཇམ་ཤིག་ཤིག་གི་བྱོད་ཁོལ་ཞིག་སྟེར་ཡོང་བས། རྩི་བོ་རྣམས་ར་ལུག་གི་
མདུག་ཏུ་དབྱངས་རྟ་སྟོན་མོ་རེ་གྱེར་ནས་འབར་འབྱར་གྱི་ལ་མོ་རེ་བརྒྱལ། མོ་མོ་རྒྱན་གཞོན་རྣམས་ཀྱང་
གྲོག་མ་ཆང་ནས་རྟོལ་བ་བཞིན་བྱིར་བྱུང་འོངས། ལ་ལའི་ལག་ཏུ་ཐག་པ་ཐོགས་ཡོད་པ་དང་འགའ་རེའི་
རྒྱབ་ཏུ་སླེ་བ་རེ་འཁྱུར་བཞིན་རང་རང་གི་ལས་དོན་ཕྱོགས་སུ་ཤར་སྐྱོད་བྱེད་ཀྱིན་འདུག འོན་ཀྱང་ཨ་ཁུ་
དོན་གྲུབ་ནི་རང་གི་ཁང་ཐོག་ཏུ་ཡར་འགོ་མར་འགོ་བྱེད་བཞིན་པ་ལ་བལྟས་ན་ད་དུང་ཡང་མཐོ་བསམ་
གྱི་ཆིངས་རྒྱ་ལས་གོལ་མ་ཐུབ་པ་འདྲ། མི་ཞིག་གིས་བྱི་ནས་ཨ་ཁུ་དོན་གྲུབ་ཅེས་ཐེངས་གཉིས་པོས་ཀྱང་
ཨ་ཁུ་དོན་གྲུབ་ཀྱིས་ཡེ་ནས་གོ་མ་ཐུབ། ཐེངས་གསུམ་པ་དེ་འབོད་དུས་ཁྱེད་ཀྱི་རྒྱག་སྒྲུ་ཆེན་པོ་ཞིག་
གྲགས་པས་ཨ་ཁུ་དོན་གྲུབ་སྟོ་བྱར་དུ་ཡང་ཐོག་ནས་མར་ལྟ་དུས་མི་དེས་ཨ་ཁུ་དོན་གྲུབ་ཀྱི་ཁང་པའི་སྒྲེའུ་
ཁུང་ལ་མིག་རིག་རིག་ཅེར་ནས་འདུག ཨ་ཁུ་དོན་གྲུབ་ཀྱིས་"རྩི་ལུ་ཐེབས་ཤོག ངས་ཁྱི་བཏོགས་ནས་
བཞག་ཡོད།"ཅེས་སྒྲུས་ནས་སྐྱས་འདྲེགས་ལས་མགྲོགས་པོར་བབས་ཏེ་གོམ་པ་གསུམ་ཅན་སྟེས་རྩི་ལུ་
འོག་ཅེག་གི་སྐྱས་འདྲེགས་ནས་"གྲོག་གྲོག་ཅེས་གོམ་སྒྲུ་རྩལ་ཏུ་ཞིག་དང་ལྟན་ཏུ་སྐྱས་འགོར་སྟེབས་པ་
དང་ཨ་ཁུ་དོན་གྲུབ་ཀྱིས་"དཀའ་མ་བྱུང་ངམ་ཞེས་དྲིས་པས་རྩི་ལུ་"དཀའ་མ་བྱུང་། ཁྱེད་རང་སྟོང་སྟོང་
པ་ཡིན་པས།"ཞེས་དྲིས་པ་དང་ཨ་ཁུ་དོན་གྲུབ་ཀྱིས་"ཡིན་ཡིན།"ཞེས་ལན་བཏབ། གོ་ཁར་སྟེབས་དུས་
སྒྲེའུ་ཁུང་ནས་འོད་ཟེར་ལྷུ་ལྷུ་ཞིག་རང་གི་མལ་གདན་ནིང་རུལ་དེར་ཕོག་སྟབས་ནག་ནོག་གི་དྲི་མ་
དག་ཀྱང་མ་བཟོད་དང་གིས་ཤེས་ཐུབ་པ་འདུག དེས་གནས་བྱས་ན་ཨ་ཁུ་དོན་གྲུབ་རྩལ་ཟད་སྒྲིངས་
དགོས་པ་ཞིག་ཡིན་ཀྱང་། རྩི་ལུ་ཞི་ཨ་ཁུ་དོན་གྲུབ་ཀྱི་འཛོལ་ནས་ལ་མེ་ལོང་བཞིན་དུ་རྒྱས་མངའ་ཡོད་
སྟབས་ཨ་ཁུ་དོན་གྲུབ་ལ་དམིགས་བསལ་གྱི་ཆོར་སྒྲུང་གང་ཡང་ཡོང་གི་མེད། ཨ་ཁུ་དོན་གྲུབ་ཀྱིས་མལ་
གདན་དེ་བསྐྱར་བཏིངས་ཤིག་བྱས་ཏེ་རྩི་ལུ་"འདྲིར་སྟོང་དང་"ཞེས་ལབ་ནས་གས་སྟབས་རེ་གཉེས་
མཐོང་རྒྱ་ཡོད་པའི་ནག་ཤིག་ཤིག་གི་ཐབ་ཀའི་སྟེང་གི་ནག་རིལ་རིལ་གྱི་རྩ་དེམ་དེ་སྒངས་ནས་མཐའ་ལ་
རྩམ་སྟོ་ཐར་ཐོར་འགོས་པའི་ཤིང་པོར་ཞིག་ནང་རྩ་དངས་ནག་དུར་དུར་ཞིག་རྩི་ལུ་བྱུངས། རྩི་ལུ་ཞི་ཨ་

ཁུ་དོན་གྱི་ལས་ལོ་གསུམ་གྱིས་ཆེན་ཡང་པར་བཞུགས་ཆོད་ལ་རྩོམ་གཞི་ན་པ་འདུག ཁ་སྤྱོད་སྤྱོད་ཅིག་
 ཡོད་ལ་ཁ་རྩོམ་མོ་ཡིན། རྒྱུ་དུ་ཁོང་གི་གདོང་ནས་སྤྲོ་མགོ་དང་མཆོད་ཀྱི་གཉིས་འབྲུལ་ཙམ་འབྲུལ་ཙམ་
 རེ་བྱེད་བཞིན་ཡོད་པས་རྒྱུ་མེད་ཅིག་གིས་མཐོང་ན་ཡུད་ཙམ་འཐོམ་གྱི་ཡོད་ལ་ཕྱུ་གུ་ཆོར་ལྷད་མོ་ཆེན་
 བོ་ཞིག་ཀྱང་ཡོད་གི་ཡོད། རྩོམ་མེད་མོར་ཁ་ལ་འབྱར་དུས་རང་གི་གདོང་མེ་ལོང་ནང་ཤར་བ་བཞིན་ང་
 དྲངས་ནང་གསལ་ཐིང་ཐིང་མཐོང་བྱལ་པས་ཅུང་ཟད་ཞིབ་བལྟ་ཞིག་བྱས་ཤིང་ཐུབ་ཐིངས་གཅིག་གིས་
 ཕྱིད་ཀ་མན་ཙམ་འབྱར་ནས་ཅོག་ཅིའི་སྤྱིང་དལ་གྱིས་བཞག ཨ་ཁུ་དོན་གྱིས་ང་དྲངས་ཁ་གསལ་
 སྤྱག་བཞིན་པའི་སྐབས་རྩོམ་ཨ་ཁུ་དོན་གྱི་གདོང་ལས་ཁོག་ཏུ་སེམས་ངལ་ཞིག་ཡོད་པ་རྟོགས་སོང་
 བས་ཅུང་ཡིད་མ་རངས་པའི་མདངས་ཀྱིས་"ཨ་ཁུ་དོན་གྱིས། དེང་སང་གདོང་གཉིས་ཡག་པོ་རང་མི་འདུག
 ག་རེ་བྱས་སོང་"ཞེས་སེམས་ཁུར་ངང་དྲིས་པས་ཨ་ཁུ་དོན་གྱིས་སྐད་ཆ་འདི་འདྲ་ཞིག་བཤད་འགོ་
 རྒྱགས་སོང་། "རྩོམ་ མི་ངས་ས་ལས་རྩོམ་ལ་སོགས་པའི་ངལ་ཚོ་ལ་ཅི་འདྲ་ཞིག་བསྐྱབ་དགོས་ཀྱང་དཀའ་
 པའི་སྤྱང་བ་གཏན་ནས་བྱུང་ཆོང་མེད། འོན་ཏེ་ད་རེས་ཀྱི་གནད་དོན་འདི་དངོས་གནས་ང་ལག་པོ་ཞེ་དག་
 འདུག ལྷག་པར་དུ་དཔལ་འབྱོར་གྱི་མཁུ་སྐྱབ་དེ་ནི་ང་ལ་མཆོད་ན་དཀའ་ལས་ལག་ཤོས་དང་མགོ་རྟོག་
 ཆེ་ཤོས་ཤིག་ཏུ་ཡོད་གིན་ཡོད། ཡིན་ན་ཡང་གནད་དོན་འདི་ངས་བསྐྱབ་མ་བྱལ་ན་ང་ཨ་ཁ་ཞིག་གི་འོས་
 འགན་བསྐྱབ་བྱལ་མེད་ལ་ཤི་ཁར་སློབ་དེ་ངང་འགྲོ་རྒྱུ་གསལ་ཡོད། ད་ལོ་ངའི་གཅིས་པའི་བྱ་སྤྱོད་ཆོགས་
 ཀྱིས་སློབ་གྲྭ་ནང་སྤྱངས་འབྲས་གཟེངས་སུ་ཐོན་ཡོད་པས་སློབ་གྲྲི་གཞུང་ནས་བྱ་རྒྱུ་མ་དམར་པོའི་
 མཐོ་སློབ་ཏུ་བསྐྱོད་ཆོག་པའི་རྒྱལ་གཉིས་ཡི་གེ་གཅིག་དང་སློར་མོ་ཆེན་ཁྱི་ཐམ་པ་གསོལ་རས་ཐོབ་ནའང་
 དེའི་ཁར་རང་དོས་ནས་སློར་ལྟ་ཁྱི་ཐམ་པ་ཁ་བསལ་དགོས་ཀྱི་འདུག་པས་ངས་ཁྱི་མཆོས་ཡོངས་རྟོགས་
 ལ་གཡུ་བར་སོང་ཡང་དགོང་མོར་ཕྱིར་འཁོར་དུས་སྤྱིང་གཅིག་ལས་མ་གདོགས་རག་མ་སོང་། མདང་
 དགོང་གཉིད་ཀྱང་ཡག་པོ་རང་ཁྱག་མ་བྱུང་། ཏུ་ཕུ་"ཞེས་སྐད་ཆའི་མཚུགས་སྤྱོད་མ་བྱལ་པར་འཇམ་ཐིང་
 དེར་འབྱུར་སྐབས་ཐབ་ཀའི་སྤྱིང་གི་མདང་རྒྱལ་པ་བྱ་གཉིས་ཀྱི་འབྱུང་འཕྲོ་ལྷག་པའི་ཕྱོ་བྱུག་དེ་ཏུ་ཡང་གི་
 ཁ་ཁེབ་བར་ནས་"ཤུར་ཤུར་"ཞེས་འབྱུར་བཞིན་ཡོད་པ་རྩོམ་མཐོང་མ་ཐག་མཆོངས་ཐིངས་གཉིས་ཙམ་
 ཀྱིས་རྩོམ་བསྐྱགས་པའི་ཏུ་ཅང་དེ་གོ་གར་རྟོག་སྤྱད་བཅས་སལ།

རྩོམ་མཚུབ་མོ་ཆ་བས་ན་མཆོག་ལ་ཡང་ཡང་འབྱུར་བཞིན་འདུག མི་ཆུན་ཡིན་པས་སྐད་ངན་ག་
 ལ་ཤོར། ཨ་ཁུ་དོན་གྱི་རྒྱལ་ཏུ་ཉི་ཟེར་དོས་བཞིན་པའི་ཞི་ལི་དེ་བྱུག་ལྷག་གི་གམ་དེར་རྒྱག་འོངས་ནས་
 "མྱི་ཏུ་"མྱི་ཏུ་"ཞེས་སྐད་ཅོ་བསྐྱོན་མར་བརྒྱལ་པས་ཨ་ཁུ་དོན་གྱི་ཡར་ལངས་ནས་ཞི་ལི་ལ་བྱུག་ལྷག་
 ཞེར། ཨེ་མ་ཞི་ལི་འདི་ནི་བསོད་ནམས་ཆེ་བ་ཞིག་རེད། བ་བྱ་གཉིས་ཁ་ལག་ཅི་བཟས་ཀྱང་ཞི་ལི་ལ་གཅིག་
 མཆོངས་སྤྱིང་བཞིན་ཡོད་འདུག ཞི་ལི་དེ་སྤྱི་ཤེས་མིན་ཙམ་ལས་དོན་དུ་ཁོང་གསུམ་པོ་ནང་མི་གསུམ་དང་
 རྒྱུ་ཅི་ཡོད། ཨ་ཁུ་དོན་གྱིས་སྤྱིང་ཡང་གཏམ་མཚུགས་མཐུད། "རྩོམ་ ཁྱེད་ལ་ཐབས་ཤེས་འདྲ་ཡོད་ན་
 ང་ལ་རྟོགས་བྱོས་དང་ངས་ཤིང་མར་དྲིན་ལན་མི་བཟེད། ངའི་བྱ་རྩོམ་མར་ང་རང་ཆོ་སྤེལ་འདི་ནང་པན་
 ཐོགས་བསྐྱབ་བྱལ་པའི་མི་ཞིག་འབྱུར་དེས་རེད། ཅིས་སྐད་ཆ་མཚུགས་མ་བསྐྱེལ་གོང་རྩོམ་ལག་གཡུས་
 པས་ཨ་ཁུ་དོན་གྱི་སྤྱིང་མོར་ཡང་མོ་ཞིག་བརྟེན་ནས་"ཨ་ཁུ་དོན་གྱིས། དེ་འདྲ་མ་བྱས། དེ་ལས་ཁྱེད་
 རང་ནངས་ཉིན་ང་རང་ཆོའི་ཞིང་ལས་ཁྱིད་གཞུང་ལ་གཡུར་དུལ་སྤྱིད་ཀ་གདོང་དུ་སོང་། ཁྱེད་རང་ལ་

ཞིང་ལས་ཐོན་སྐྱེད་ཡོད་པའི་ཁར་གཞུང་བཟང་གི་མི་ཞིག་ཡིན་ཅང་དུལ་མི་གཡར་བར་བྱེད་མི་ཡོང་།
ཞེས་སྒྲུབ་དང་ཨ་ཁུ་དོན་གྲུབ་ཀྱིས་ཡིད་ལ་རབ་རྒྱུ་འཐད་པའི་ཚུལ་དུ་མགོ་བོ་ཡང་ཡང་གཡུག་བཞིན་
དོ་རྩེ་ལ་བཀའ་དྲིན་ཆེ། བྱེད་ཀྱིས་ང་ལ་སྒོ་འདོན་བྱས་པར་དངོས་གནས་དྲིན་ཆེན་རེད། ཅེས་ཁོང་གཉིས་
སྒྲིབ་མོལ་ཡུད་ཅམ་བྱས་རྗེས་དོ་རྩེ་ལ་ཨ་ཁུ་དོན་གྲུབ་ལ་“ད་ང་འགྲོ་རན་སོང་། ངས་བཤད་པ་དེ་བྱིས་དང་
པལ་ཆེར་འགྲིག་ཡོང་། གཞན་ངས་བྱེད་ལ་རོགས་བྱེད་ཐུབ་པ་མི་འདུག རྗེས་མ་ཐུག་ཡོང་”ཞེས་སྒྲོང་ལྟང་
ལྟང་དུ་གནས་པའི་ཨ་ཁུ་དོན་གྲུབ་ཀྱི་བྱིས་སྒོ་ནས་དོ་རྩེ་འོག་སྒྲུབ་རིམ་བཞིན་ཐོས་རྒྱུ་མེད་པར་གྱུར། ཞེ་
མ་ཨ་ཁུ་དོན་གྲུབ་ནི་ཅི་འདྲའི་ཡང་བ་ཞིག་རེད་ཨང་། རང་ཉིད་ཀྱི་བྱ་ཐུན་ཆོགས་ལ་མ་འོངས་པའི་འགྲོ་
ལུགས་བཟོ་དགོས་པ་དང་ད་དུང་པ་བྱ་གཉིས་ཀྱི་ཉིན་རེའི་འཆོ་རྟེན་སྒྲུབ་དགོས་ཀྱི་ཡོད། དེ་ལས་ཀྱང་
ཉམས་སྒྲོལ་བ་ནི་བྱི་ལ་སེང་གེ་ཞེས་བཏགས་པའི་སྤེ་བའི་དཔོན་ངན་གྱི་འོག་རྒྱ་དོན་མེད་ཀྱི་བཀའ་བཀྲོན་
ཡང་ཐོང་དགོས་ཀྱི་ཡོད། རང་གི་གཟའ་ཟླ་ནི་སྒོ་ནད་ཀྱིས་སྒྲིབ་པས་སྤར་ནས་འདས་ཟིན། ཡིན་ཡང་ཨ་
ཁུ་དོན་གྲུབ་ནི་ལྷག་བསམ་ནམ་དག་གི་མི་ཞིག་ཡིན་པས་བྱིས་མཆོས་ནམས་ཀྱི་ཁོང་ལ་རམ་འདེགས་
འོག་སྤེ་བྱ་གཉིས་འཆོ་བའི་ཐད་ལ་དཀའ་ངལ་དེ་ཅམ་མེད་ན་ཡང་ད་ལྟ་ཨ་ཁུ་དོན་གྲུབ་ཀྱི་སེམས་སུ་རང་
གི་བྱ་མཐོ་སྒོལ་རྒྱ་གཏོང་རྒྱ་དེ་ནི་གནད་དོན་གལ་ཆེན་བཟུང་ཡོད་སྟབས་ཉིན་རེའི་འཆོ་ལས་ཐོག་འཐུས་
ཤོར་འགྲོ་བཞིན་ཡོད།

བཅུ་གཉིས་བདག་པོ་རང་གི་དགའ་མ་སྒྲུ་རེངས་ལྟན་དུ་ཉིན་གང་པོར་བཅེ་དུངས་ཀྱི་རོལ་ཐོང་
མ་སྒོད་སྟབས་ཅུང་ཟད་སྐྱེད་ས་ནས་མཆོམས་སྤྱོད་དམར་པོའི་གསེབ་རྒྱུ་ཡིབ་ཏེ་རུབ་རི་ནས་བཀལ་ལ་
ཉེ། ཤར་གྱི་མཐའ་ནས་ལང་ལོང་དུ་གཡོ་བའི་སྤྱོད་ནག་དེས་བྱིས་པ་ཆོར་བྱིས་དུ་འཇུག་ཅེས་པའི་
གོ་བན་སྐྱད་པ་དང་གཉིས་སུ་མ་མཆོས། ཨ་ཁུ་ཉི་མས་ཐབ་ཀའི་ནང་མེ་ཤིང་བྱད་ནས་སྤེ་བྱ་གཉིས་ཀྱིས་
དགོང་ཟས་བཟོ་གྲབས་བྱས། ཐུན་ཆོགས་ནི་ཁང་ཐོག་ནས་“བཅེ་བའི་འཆོ་མོ་བྱེད་ཀྱིས། བདག་ལ་མིག་
མདའ་འཕངས་པས། བྱ་རྒྱུང་གི་སྤྱིང་ལ། མེ་ལོང་བཞིན་དུ་གནས་སོང་། ཞེས་སྒྲུ་རྒྱུང་སྟན་མོ་ཞིག་ཐབ་
ཀའི་དུད་ཁུང་ནས་ཨ་ཁུ་དོན་གྲུབ་ཀྱི་ན་བར་ལྟང་ལྟང་གྲག ཨ་ཁུ་དོན་གྲུབ་ཀྱིས་ཁོག་དགོང་ཅིག་ཤོར་ཏེ་
སྤེ་མཐུད་དགོང་ཟས་ཟོས།

བྱ་ཐུན་ཆོགས་ནི་ད་ལྟ་རང་ལོ་བཅོ་བརྒྱད་ལ་བྱད་བཞིན་པ་ཡིན། ལོ་ལྟར་འཛིན་གྱའི་ནང་ཨང་
རིམ་དང་པོ་རྒྱུང་རྒྱུང་ལེན་ཐུབ་པར་བརྟེན། ཨ་པས་བྱ་ལ་བསྐྱུགས་བསྐྱོད་དང་རྩན་པ་ད་བར་ཆད་ཐོང་
མེད་ལ་རང་ལ་བྱ་འདི་འདྲ་ཞིག་ཡོད་པ་ནི་སྤོན་ལས་བཟང་པོ་ཞིག་རེད་སྟམ་ནས། རྒྱན་དུ་བྱ་ལ་བྱམས་
སྒྲིབ་གནང་སྟངས་ལ་གཞན་གྱིས་ཡིད་སྒྲོན་ཤོར་བཞིན་ཡོད། ཐུན་ཆོགས་ནི་རང་གི་ཨ་པས་རང་ཉིད་ཀྱི་
དོན་དུ་དཀའ་ལས་གཞོན་ཅིག་རྒྱག་གིན་ཡོད་མེད་མ་ཤེས་པའི་ཁར་“ལས་མ་རན་པའི་བྱ་བ་དང་བཤད་
མ་རན་པའི་སྐད་ཆ།”ཞེས་པའི་དཔེ་ལྟར་འཛིན་གྲོགས་མཆོ་མོ་དང་ལྟན་དུ་བཅེ་དུངས་ཀྱི་སྤྱང་རྩེ་ཐོབ་པ་
ནས་ཁོམ་པ་ཡོད་ཆད་ལ་ཁོང་མོ་དང་ལྟན་དུ་སྐབས་རེ་མངར་བཅུད་ཀྱི་སྤྱང་མོལ་རོལ་ཞིང་མཆོམས་རེ་
ཀུ་ཐུ་འདྲ་བའི་མཁུར་ཆོས་ལ་པན་ཚུན་མཆུ་ཡིས་བྲོ་བ་ཡང་ཡང་ལེན་བཞིན་ཡོད་པས་ཡུན་རིང་མ་སོན་

པར་ཁོང་གཉིས་པན་ཚུན་སྐད་ཅིག་ཙམ་འབྲལ་མི་རུས་པར་གྱུར། དུས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་ནི་ལྷོག་ཏུ་མེད་པའི་
རང་བཞིན་ཞིག་ཡིན་སྟབས་སྤྱན་ཚོགས་རང་ཉིད་མཐོ་སློབ་ཐོན་པ་དང་ཁོང་གཉིས་པན་ཚུན་ཞིམ་མངར་
ལྷན་པའི་བཅེ་དྲངས་ཀྱི་ལྷུ་མ་ར་དེ་ནས་གཉིན་སྐྱིལ་གི་དགའ་སྟོན་ཆེན་མོ་ཞིག་བྱེད་རྒྱུའི་ཕྱོགས་གཉིས་
ཀྱི་ཡིད་ལ་མི་འགྱུར་རྟོ་རྟའི་དམ་བཅའ་སྤྱན་བཞིན་པ་རེད་འདུག། མདང་དགོང་སྤྱན་ཚོགས་ཀྱི་མི་ལམ་
ནང་ཅི་ཞིག་མིས་ཡོད་མེད་ངས་ཁྱེད་དགོས་པར་བྱེད་ནམས་ཀྱི་སེམས་ལ་ཁྲིག་ཁྲིག་རེད།

གསུམ་པ།

དེ་རིང་ནི་རེ་གཟའ་ལྷ་བཡིན་པས་ཨ་ཁུ་དོན་གྲུབ་བྲེལ་འཚུབ་འཚུབ་ཏུ་གྱུར་འདུག། གང་ཡིན་
ཟེར་ན་རང་གི་བྱའི་ཆེད་དུ་ཞིང་ལས་སྤྱོད་གཞུང་དུ་གཡུག་དུང་སྤྱོད་ཀྱི་སྤྱོད་ཀྱི་འགོ་རྒྱུ་རེད། ཨ་ཁུ་
དོན་གྲུབ་ཀྱིས་སྟོན་མ་ཐོན་པའི་སྟོན་ཞིང་ལས་སྤྱོད་གཞུང་གི་འགོ་དཔོན་གྱི་མདུན་དུ་སྐད་ཆ་ག་འདྲ་
བཤད་དགོས་མིན་སྟོན་ཁར་ཡར་འགྲོ་མར་འགྲོ་བྱེད་བཞིན་ཐེངས་གསུམ་ཙམ་གྱིས་སྦྱོང་བཟར་ལེགས་པར་
བྱས། སྟབས་ལེགས་པ་ཞིག་ལ་འགོ་དཔོན་དེ་ནི་སྟོན་པའི་དཔོན་ངན་དང་མི་འདྲ་བར་ཞིང་ལས་མི་མང་གི་
ཁེ་སྤོང་གྱི་སྤྱོད་དུ་སེམས་ཁུར་བྱེད་མཁན་ཞིག་ཡིན་པར་བརྟེན། ཨ་ཁུ་དོན་གྲུབ་སྟོན་ཚུང་བདེར་སོང་། ཨ་
ཁུ་ཉི་མ་ལུས་ལ་གཟུབ་མཆོར་ལེགས་སོ་སྤྱོད་རྒྱུ་མེད་ན་ཡང་གང་གྱོན་པ་དེ་གཙང་མ་ཞིག་འདུག་ལ་པར་
བལྟས་ཆོད་ལ་ལས་དོན་གལ་ཆེན་ཞིག་བསྐྱབ་ཏུ་འགོ་བཞིན་ཡོད་པར་བྲིམ་མཆོས་སུ་བྱག་གྲང་བདེ་སྐར་
རྟོགས་བྱུང།

ནམ་མཁའ་སྟོ་ཞིང་བསངས་ལ་ས་གཞི་མངོས་ཤིང་སྟག་ གཡུས་གཡོན་གྱི་སྟོན་པ་ཐར་ཐོར་གྱིས་
ཨ་ཁུ་དོན་གྲུབ་ལ་བསྐྱབ་བྱས་པ་དང་འདྲ་ལ་ཉེ་སྟོན་བཏབ་པའི་མ་ཚོས་ལོ་རྟོག་གི་ལྗང་བྱ་དག་གྲང་སྟོ་
ལྗང་ལྗང་དུ་བྱད་པས་ཨ་ཁུ་ཉི་མའི་སེམས་ལ་དགའ་སྤྱང་སྤྱང་བྱེད་ཞིག་སྟེར། ཞིང་ལས་སྤྱོད་གཞུང་དེ་གོང་
པའི་དཀྱིལ་དུ་ཆགས་ཡོད་སྟབས་ཨ་ཁུ་དོན་གྲུབ་ཀྱི་བྲིམ་ཆང་དང་ལེ་བར་གཅིག་ཙམ་མ་གཏོགས་ཆོད་
མེད། ཨ་ཁུ་དོན་གྲུབ་ཞིང་ལས་སྤྱོད་གཞུང་གི་སྟོན་ཁར་སྟོན་པ་དང་ལག་པས་སྟབས་རྒྱུག་ལྷགས་སྤྱོད་
བཅས་ཏེ་བྱིས་ནས་ནང་དུ་འཛུལ་སོང་། འགོ་དཔོན་གྱི་ལས་ཁུངས་ཀྱི་སྟོན་པ་བཅོག་བྱིས་ལ་རྒྱང་འཁྱུད་
ཞིག་བརྒྱབ་ནས་མགོ་བོ་དལ་གྱིས་བསྐྱར་ནས་འགོ་དཔོན་ལ་ཁྱེ་ལེབ་ནར་ཙམ་ཞིག་བྱས་པས་འགོ་དཔོན་
གྱིས་“དོན་གྲུབ་རེད་འདུག། འོ། རྒྱུ་སྟོན་གསལ་གྱི་མཛུབ་མོ་ཀུན་ནས་དེར་སྟོན་དང་”ཞེས་སྟེན་པ་དང་
ཨ་ཁུ་དོན་གྲུབ་ཀྱིས་“ལགས་སོ་”ཞེས་དལ་གྱིས་བསྟུན། དེ་སྟོན་རྒྱུ་སྟོན་སྟོན་སྟོན་མ་ཚུངས་པས་ཨ་ཁུ་
དོན་གྲུབ་ལ་དོགས་མི་བདེ་བའི་ཆོར་སྤྱང་ཞིག་ཡོང་གི་ཡོད།

འགོ་དཔོན་གྱིས་ལག་པས་རང་གི་ཁ་སྤྱོད་ལ་བྱག་བྱག་ཅིག་བྱས་ཏེ་དོན་གྲུབ་ལ་ག་རེད་བཤད་ལ་
ཡོད་ཅེས་དྲིས་པ་དང་ཨ་ཁུ་དོན་གྲུབ་ཀྱིས་སྟོན་མས་དགེ་རྒན་ལ་ངག་རྒྱགས་སྟོན་པ་བཞིན་བུ་མཐོ་སྟོན་
ཏུ་གཏང་དགོས་པ་དང་། མ་འོངས་པར་གོང་པར་པན་ཐོགས་ཡོད་ལུགས། དེའལ་གཡུག་དགོས་པ་སོགས་
གནས་ལུགས་ཞིབ་ཕྱ་ཞུས་སོང་བས་འགོ་དཔོན་གྱི་ཡིད་ལ་ཚུང་འཐད་ནས་མ་དེའལ་དང་སྤྱོད་ཀྱི་མཆིས་
ནས་ལེགས་ཤོག་ཤིག་ཏུ་གཡུག་འདྲིན་འདྲིན་བཞིན་འདུག། ཨ་ཁུ་དོན་གྲུབ་ཡིད་སེམས་རབ་ཏུ་སྟོན་

མིག་ནང་མཆི་ཞགས་འཁོར། རྒྱལ་མེད་ཅིག་གིས་ཨ་ཁུ་དོན་གྲུབ་ཀྱིས་གནས་ལུགས་ལྷ་སྐྱངས་དེ་མཐོང་
ཡོད་ན་མི་འདི་སློབ་ཐོན་གང་ནས་ཡིན་ནམ་སྟམ་པའི་སེམས་ལ་དོགས་འཆར་ཞིག་ཡོང་བར་གདོན་མི་
བ། གཡམ་དདུལ་དང་གཡམ་འཛིན་གཉིས་ལག་ཏུ་འབྱོར་བ་དང་ཨ་ཁུ་དོན་གྲུབ་ཀྱིས་"ཐུགས་རྗེ་ཆེ"ཞེས་
ཡང་ཡང་སྒྲོས་ནས་སྒྲིམ་དོན་ཟེན་པ་དང་གོ་མ་སྟབས་རེ་མཁྱེགས་ངང་རྗེ་རྗེའི་བྱིས་ཏུ་བྱིན་སོང་། ཁོང་
གཉིས་ཀྱི་དགོད་སྒྲའི་གཏམ་སྒྲིང་སྒྲེལ་ཁུང་ལས་ལྷང་ལྷང་གོ་སྟབས་པ་འདུག གང་ལྟར་ཁོང་གཉིས་ཀྱིས་བྱ་
མཐོ་སློབ་ཏུ་གཏོང་བར་ཉིན་གངས་ཁ་ཤས་ཤིག་ལྟག་ཡོད་ཀྱང་སང་ཉིན་རང་གཏོང་རྒྱུའི་སྒོ་ཐག་བཅད།

བཞི་པ།

དེ་རིང་གི་ཉིན་མོ་འདི་ནི་ས་བྱ་གཉིས་ལ་མཆོན་ན་དགའ་སྟོ་བྱུང་འབྲེལ་གྱི་ཉིན་མོ་ཞིག་རེད་
ཨང་། ས་བྱ་གཉིས་གོ་མ་པ་འབྱུང་འབྱོར་ངང་རྒྱང་ལམ་སྤྱོད་དེ་ནས་གཞུང་ལམ་གྱི་ཐུགས་སུ་ཡོང་བཞིན་
པ་རེད་འདུག རྒྱ་འཛིན་ཐོན་པོ་ཀུན་གསལ་ལྷ་ལམ་ལ་ན་རྒྱུད་བྱ་མོད་དང་འབྲ་བར་དཀར་ཞིང་གཅང་བའི་
འདབ་མ་ལང་ལོང་བར་མེད་རྒྱ་ཞིང་མཛེས་སྟག་གི་དཔལ་ཡོན་དེ་ངོམ་པས་པལ་ཆེར་བྱ་སྟན་ཆོགས་ལ་
དཀར་གཅང་གི་དར་དཀར་གཡོགས་ཏེ་སྒྲེལ་མ་བྱས་པ་དང་གཉིས་སུ་མ་མཆིས། དུས་ཆོགས་དེ་ནི་སྟོན་
གཞུང་འཁེལ་སྟབས་སྟོན་རྒྱུད་སེར་བྱ་ཁུར་ཁུར་ལྷང་བས་སྟོན་ཤིང་གི་ལོ་འདབ་ནམས་ས་བྱ་གཉིས་ཀྱི་
ཐག་ཐོག་ཏུ་ལྷང་ནས་ས་གཞིར་སེར་ཐིང་ཐིང་དུ་གྱུར་དང་འགྱུར་བཞིན་པ་རེད་འདུག དེ་ཡང་བྱ་སྟན་
ཆོགས་ལ་བསྟོད་པའི་ལམ་ལ་མེ་ཏོག་གི་བརྒྱན་ནས་ཐེབས་སྒྲེལ་བྱས་པ་དང་ཀུན་ནས་མཆུངས། རྒྱུད་སེར་
འཁོར་འབབ་ཚུགས་སུ་འབྱོར་པ་དང་སྟག་སྟོད་བྱུང་བྱ་ཞིག་གི་བྱར་དུ་འདུག་ནས་ཨ་ཁུ་དོན་གྲུབ་ཀྱིས་བྱ་
སྟན་ཆོགས་ཀྱི་རྟོག་ཁྲིམ་ཁ་བརྒྱུས་བསྐྱར་བསྐྱུལ་ཤིག་བྱས་ཏེ་སྟམ་ཤིང་རན་པའི་བྱ་སྟན་ཆོགས་ཀྱི་སྒྲ་ལོ་ལ་
བྱིལ་བྱིལ་བྱེད་བཞིན་པར་བྱར་དུ་བྱ་རྒྱུང་ཞིག་གིས་མིག་གཉིས་ཁྲ་རིལ་རིལ་བལྟས་འདུག རྒྱུད་ནས་ངོ་
ཐག་མ་ཆོད་པའི་བྱ་སྟོ་ཞིག་རྒྱབ་ནས་ཁྱི་སྒྱུད་གིས་དེད་པ་ལྟར་རྒྱགས་འོངས་ཏེ་ཉེ་བར་སླེབས་པ་ན་དེ་ནི་
བྱ་སྟན་ཆོགས་ཀྱི་སྒྲིང་སྟག་མཆོ་མོ་རེད། མོས་བྱ་སྟན་ཆོགས་ཀྱི་ལག་པ་གཉིས་དམ་དུ་འཇུས་ཏེ་ཁྱག་མ་ནས་
དདུལ་རྗེ་ཁ་ཤས་སྟེར་ནས་ཁྲ་རྒྱུད་མིག་ལས་མཆི་མ་ཆར་རྒྱ་བརྟེན་པ་ལྟར་བཞུར་སོང་བས་མཁུར་ཆོས་
ལས་ཤུལ་རིས་ཤིག་གསལ་པོར་དོད། དེ་ནི་གྲོང་གསེབ་བྱ་སྟོས་ཉིན་ལྟར་གདོང་ཁྲུས་སྟོལ་མེད་སྟབས་མིག་
རྒྱས་ཤིག་པ་དག་ནས་ཤུལ་རིས་ཤིག་མཛོན་པ་ལས་གཞན་ཅི་ཡིན། གཡམ་གཡོན་གྱི་མི་ཆོགས་ནམས་ཅི་
ཡིན་ན་སྟམ་ནས་ས་བྱ་དང་མཆོ་མོ་བཅས་ལ་དོ་སྣང་སྟན་བྱ་སྟོད་བཞིན་འདུག རྒྱུད་ནས་རྒྱུད་སེར་འཁོར་
ཡོང་བཞིན་ཡོད་པའི་བརྟེན་གྲགས་པ་དང་། ཨ་ཁུ་དོན་གྲུབ་ཀྱིས་རྟོག་ཁྲིམ་རྒྱབ་དུ་གཡུག་ཐེངས་
གཅིག་གིས་ལམ་བྱར་རྒྱགས་སོང་།

རྒྱུད་སེར་འཁོར་འབྱོར་པ་དང་ཨ་ཁུ་དོན་གྲུབ་ཀྱིས་བྱུང་ཆ་ལྟན་པའི་ངང་རྒྱུད་སེར་འཁོར་ནང་འཇུལ་
ནས་སྒྲེལ་ཁུང་བྱར་གྱི་རྒྱབ་སྟེགས་ཤིག་ཟེན་ཏེ་བྱ་སྟན་ཆོགས་ལ་ལག་བརྟེན་ཞིག་སངས། བྱ་སྟན་ཆོགས་
སླེབས་པ་དང་རྒྱབ་སྟེགས་བཅིས་སྟོད་ནས་ལག་པ་རྩོབ་རྩོབ་དེ་བྱ་སྟན་ཆོགས་ཀྱི་འགྲམ་པ་ལ་བྱུག་བྱུག་
ཅིག་བྱས་ནས་མིག་རྒྱ་ལྷང་ལྷང་ངང་རྒྱུད་སེར་འཁོར་ནས་བབས་པ་དང་རྒྱུད་སེར་འཁོར་གྱི་གཤམ་དུ་དུག་ཁུང་

ནས་དུད་བ་ཕྱོག་ཕྱོག་ཅིག་བཏང་ནས་དལ་གྱིས་འགྲོ་འགོ་བཙམས། སུན་ཚོགས་ཀྱིས་སྤུ་ཁུང་ནས་
ལག་པ་གཡུགས་པ་དང་ཨ་ཁུ་དོན་གྱུབ་དང་མཆོ་མོ་གཉིས་དར་སྤྱོད་བཞིན་དུ་ལག་གཡུག་བྱེད་བཞིན་
རྒྱངས་འཁོར་མ་ཡལ་བར་མིག་སྒྲིལ་བྱས། སུན་ཚོགས་ནི་རྒྱངས་འཁོར་ན་དཔྱད་ཤིས་ཀྱི་རྟ་པོ་སྤར་ཡང་ཁ་
ལོ་བརྩས་ནས་ཨ་པའི་རྩེས་སུ་སྒྲེགས། ཨ་ཁུ་དོན་གྱུབ་ཀྱིས་རང་གི་བྱ་ལ་ཉིན་ལྟར་ལེགས་ཉིས་ཀྱི་བསྐབ་
བྱ་མ་ཆད་པར་གནང་གིན་ཡོད་ན་ཡང་མདང་དགོང་གི་བསྐབ་བྱ་དེ་ནི་སུན་ཚོགས་ཀྱི་སེམས་ལ་ཆོར་བ་
ཚོན་པོ་ཞིག་སྤྱོད་ཡོད་པས་ཨ་པའི་ཁ་ཏུ་དེ་ཡིད་ལ་རེ་རེ་བཞིན་འཁོར་འགོ་ཚུགས། བྱ། ང་ལ་སྐད་ཆ་མང་
པོ་ཤོད་རྒྱུ་མེད། བྱེད་ངེས་པར་དུ་སློབ་སྦྱོང་མཐར་ཕྱིན་པ་ཞིག་གནང་རོགས། སློབ་མཐར་ཕྱིན་པ་དང་ཕྱིར་
རང་ལུའ་དུ་ལོག་ནས་ལུའ་མི་ལ་པན་ཐོགས་བསྐབ་བྱུབ་པ་བྱེད་དགོས། ངས་བྱ་བྱེད་མཐོ་སློབ་དུ་བཏང་
བ་དེ་པ་བྱ་གཉིས་ཀྱི་འཆོ་རྟེན་ཀྱི་ཆེད་དུ་མིན། བྱ་བྱེད་མ་འོངས་པར་ཡོན་ཏན་གྱི་ཐོག་ནས་སྤྱི་སྤྱོད་གང་
ལ་གཏད་སོ་ཡོད་པ་ཞིག་བྱུང་ན་བསམ་གྱིན་ཡོད། དེ་འདྲ་ཞིག་བྱུང་ན་ཨ་པ་ང་གི་ཁར་སློབ་དེ་ཡོང་ས་
རེད། ཅེས་པའི་བསྐབ་བྱ་ནམས་མེ་ལོང་བཞིན་ཤར་རོ། སུན་ཚོགས་བསྐྱོད་པའི་ཉིན་དེ་ནས་བཟུང་ལུའ་
མི་འགའ་རེས་བསྐྱོད་བསྐྱུགས་ཀྱི་མེ་རྟོག་གཏོར་བ་དང་ལ་ལས་སྤྱད་རའི་ཆོར་མ་འཕེན་བཞིན་ཡོད། ལྷག་
པར་དུ་སློང་ཁ་ཆང་གི་བྱ་ཆེ་འཕེལ་གྱིས་རང་གི་ཨ་མ་ལ་"ཨ་མ་སྟོས་ཨ། སུན་ཚོགས་ལག་པོ་ཡོང་གི་མ་
རེད། ཁོང་ང་གཉིས་འདྲིན་རིམ་དང་པོ་ནས་བརྩུ་པའི་བར་འདྲིན་གྲག་ཅིག་པ་ཡིན་པས་ངས་ཁོང་གི་སྦྱོང་
པ་ག་འདྲ་ཞིག་ཡོད་མེད་ང་ལ་རྒྱས་ཡོད། ཨ་མ་ཆེ་སྟོན་གྱིས་"ཏུན་"མིའི་བྱ་མཐོ་སློབ་དུ་འགྲོ་བར་བྱེད་
ཕྱག་དོག་ལངས་ཀྱི་མིན་ནམ། སོ་སོ་འགྲོ་མ་ཐུབ་པར་མི་ལ་ཁ་གཏོང་ཁ་བྱས། ཞེས་བཤད་པ་དང་ཆེ་འཕེལ་
གྱིས་"ཨ་མ་རང་བསྐྱོད་བསྐྱུགས་གཏོང་ཡ་སྤྱད་གསུམ་པ་རེད། ལྟར་མོ་རྩེས་མ་བཞུ་ཚོག་གི་རེད། ཅེས་ལུའ་
ནས་སློ་ཕྱིར་དོན་སོང་། ཨ་མ་སྐད་ཆ་དེ་ཆེ་འཕེལ་གྱི་ཕྱག་དོག་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་ནམ་སེམས་ཀྱི་གཏམ་པོ་
མ་དེ་ཡིན་ནམ།

ལུའ་

དེ་རིང་ནི་བྱ་སུན་ཚོགས་བསྐྱོད་ནས་ལོ་ངོ་གསུམ་ཉག་ཉག་འཁོར་གྱིན་ཡོད། ཨ་ཁུ་དོན་གྱུབ་ནི་
ལག་དུ་བྱས་ཐོག་མར་བཏང་པའི་འཕྲིན་པ་གཅིག་ལས་གཞན་བྱུང་གནས་ཚུལ་གཅིག་ཀྱང་ཤིས་མ་ཐུབ།
གོང་པའི་རྒྱ་ལམ་ན་སྤྱད་མི་འདྲ་བར་རྒྱངས་འཁོར་བར་མེད་རྒྱག་བཞིན་ཡོད་སྟབས་རྒྱངས་འཁོར་
བསྐྱོད་པའི་སྤྱི་ཞིག་ཐོས་པ་དང་ཨ་ཁུ་དོན་གྱུབ་ཀྱིས་ཡང་ཡང་ཞིབ་བལྟ་བྱེད་བཞིན་ཡོད། ཨ་ཁུ་དོན་གྱུབ་
ཡིད་རབ་དུ་ཐུག་ནས་ཞིང་ཁའི་ཟུར་ཞིག་དུ་འདུག་ནས་པ་བྱ་གཉིས་ཀྱི་འདས་ཟིན་པའི་སློ་སྤང་གི་འཆོ་
བར་ཕྱིས་འདང་ཞིག་བརྒྱབ་པས་མིག་ཚུ་ཕྱོམ་ཕྱོམ་བཞུར་འོངས། སྐབས་དེར་སྦྱོང་ལ་སེལ་རོགས་ཤིག་ནི་
ག་ལ་ཡོད། ཁོང་གི་ལྷན་དུ་ཡོད་པ་ནི་སློ་བ་དང་འཛོར་བྱ་གཉིས་དེ་ཡིན་ནོ།
ཕྱི་ཉིན་ཞོགས་པ་དེར་ཨ་ཁུ་དོན་གྱུབ་ཀྱིས་རྒྱབ་དུ་སློ་བ་ཞིག་དང་ལག་དུ་འཛོར་བྱ་གཅིག་བྱེད་ནས་ཞིང་
ཁའི་ལམ་སྐྱོད་དུ་སློབས་པ་དང་རྒྱབ་དུ་དོ་རྩེས་"ཨ་ཁུ་དོན་གྱུབ། ཅེས་པོས་པ་དང་ཁ་ཕྱིར་སློག་པ་ན་དོ་
རྩེས་"རང་གི་བྱ་རྩོང་ཐོག་དུ་ཁང་པ་གསར་པ་ཞིག་ཉོས་ནས་ཕྱི་མིའི་བྱ་མོ་ཞིག་དང་ལྷན་དུ་སྤྱོད་འདུག་
ཅེས་བཤད་ནམས་ཀྱིས་ང་ལ་ལབ་སོང་། "ཞེས་སྐད་གསང་མཐོན་པོའི་ངང་ལབ་པས་ཨ་ཁུ་དོན་གྱུབ་ནི་

མགོ་ལ་ཆུ་ཁོལ་སྤྱགས་པ་ལྟར་སྤེལ་བ་རང་སར་གཡུགས་ནས་པར་མཆོངས་ཚུར་མཆོངས་བྱས་ནས་རྫོང་
ལ་གཏམ་ལན་ཡང་མེད་པར་རྫོང་ཐོག་ཏུ་བྱ་བྱག་བར་སོང་ངོ་། ། རྫོང་ཐོག་དང་ཨ་ཁུ་དོན་གྲུབ་ཀྱི་ཁྱིམ་ཆང་
བར་ལེ་དབར་གཅིག་དང་ཕྱེད་ཅུ་མ་གཏོགས་ཆོད་མེད་པས། རྫོང་མེད་མེས་ལ་སྤྱན་ཆོགས་རང་གི་ཨ་
པ་སྤྱག་ཏུ་འབྱུག་ཅུ་མ་ཡོང་པ་དེ་དངོས་གནས་བྱུང་མཆོར་རེད་སྟེ། ཨ་ཁུ་དོན་གྲུབ་ཀྱིས་བསོད་ནམས་
ལ་ཞིབ་པར་དྲིས་རྗེས་རྫོང་ཐོག་བསྐྱོད་པའི་ལ་མགོ་ནས་བྱ་འཕུར་བ་ལྟར་ཡལ་སོང་། ཨ་ཁུ་དོན་གྲུབ་རྫོང་
ཐོག་ཏུ་སྤེལ་བ་པ་དང་བུའི་ཁང་གསར་དེ་སྤེལ་བའི་དཔོན་བྱར་བཀའ་ཤིས་ཆང་གི་རྒྱབ་ན་ཡོད་སྟབས་སྤང་
ལམ་གྱི་བརྒྱུད་ནས་ཡུན་རིང་མ་ཐོགས་པར་སློང་བྱས་ཏུ་འབྱོར། སྤང་ཙ་ཐར་ཐོར་ཞིག་གི་བྱར་ནས་ཁྱི་
སྤྱག་དེས་བྱག་སྐྱད་འབྲིན་པས་ནང་སློང་ནས་བྱ་མོ་ཞིག་མཆུ་ཏྱར་དམར་ཆོས་བྱགས་ཡོད་པས་ཨ་ཁུ་དོན་
གྲུབ་ཀྱི་སེམས་ལ་བྱ་མོ་འདི་དུ་ལྟ་རང་ཁྱག་འཕྲང་འདུག་སྟེ་པའི་ཆོར་སྤང་ཞིག་སྤྱོད་ཀྱི་དུ། བྱ་མོ་དེ་སློང་
ཁར་སྤེལ་བྱས་ཨ་ཁུ་དོན་གྲུབ་ནི་ཉམས་སྤྱོད་ཁོ་མགོ་བོའི་སྤྱན་གཤེད་གཉིས་ལས་མཐོང་རྒྱ་མེད་ལ་ལྟས་ཀྱི་
ཁྱོན་པ་ནི་ལ་ཁའི་དར་སྤྱོད་བཞིན་ཏུ་སྤྱོད་ཁོང་ཙ་ལ་ཏུ་སོང་པའི་ཨི་ཁུང་ཆེ་ཆུང་རེ་གང་སར་མཐོང་
རྒྱ་འདུག བྱ་མོ་དེའི་སེམས་ལ་འདི་ནི་སྤང་པོ་ཞིག་ཡིན་ས་རེད་སྟེ་མ་ལྟར་པར་ཆོ་ལ་དདུལ་མེད་
"ཅས་ལ་བ་པ་དང་ཨ་ཁུ་དོན་གྲུབ་ཀྱིས་སྤྱོད་པའི་ཆུ་ལ་ཅུ་ཡང་མ་བསྟན་པར་"མ་རེད་བྱ་མོ། ད་བྱ་
སྤྱན་ཆོགས་སྤྱག་ཁར་ཡོང་ཡིན། "ཞེས་སྤྱོད་པས་བྱ་མོ་དེས་ཏུ་ཞེས་སྤྱན་ཆོགས་ཀྱི་པ་ལགས་ནི་ཅི་འདྲའི་
བཅོག་བ་ལ་སྤྱུ་བཞིན་ཕྱི་སློང་ལ་གྱིས་ཕྱེས། སྤྱན་ཆོགས་ནི་སོ་པག་ཐོག་བསྤྱད་ནས་ལག་གཉིས་རྟ་རྒྱག་
པ་བཞིན་སྤྱོད་ཁྱད་ནང་ཡི་གེ་འབྲི་བཞིན་ཡོད།

ཨ་ཁུ་དོན་གྲུབ་ནང་ཏུ་སྤེལ་བ་པ་དང་རང་གི་བྱ་མཐོང་བས་ཡོད་ལ་སློང་བའི་ཁྱོས་ཏེ་བྱ་ཞེས་
འབོད་ནས་མཆུ་ཏྱར་གཉིས་འཇུག་མ་སྤྱབ་པར་རི་མོ་བྲིས་པ་ལྟར་ཏུ་གྱུར། སྤྱན་ཆོགས་ཀྱིས་མར་རྒྱག་འོངས་
ནས་གདོང་ནས་དགའ་བའི་འཇུག་མདངས་ལྟ་ཅི་རང་གི་ཨ་པ་ལ་"ལྟ་མོག་མར་བུད།"ཅས་བཤད་པ་
དང་ཨ་ཁུ་དོན་གྲུབ་ཀྱི་ཡོད་ལ་སློང་གི་ཆོར་བ་དྲགས་པོ་ཞིག་ཟིན་ཡོད་སྟབས་བྱས་མ་འདོད་པའི་རྣམ་
འགྱུར་དང་ཆོག་རན་དེ་དག་ལ་དོ་སྤྱང་གལ་མ་བྱུང་པའི་ཁར་བྱས་དེ་ལྟར་ལ་བ་པ་དང་"ཨ་བྱ། ལྟ་"ཞེས་
དགོད་འཆོར་འཆོར་ངང་ལྟ་མོག་བུད་ལ་བྲེལ། སྤྱན་ཆོགས་ནི་ད་ཏུང་མི་གོ་བའི་ཆོག་ཁལ་ཤས་ཆོག་ལ་བ་
རྒྱག་བཞིན་སོ་པག་གི་ཐོག་ཏུ་སྤྱགས་ཀྱིས་བསྤྱད། ཨ་ཁུ་དོན་གྲུབ་ལྟ་མོག་བུད་ཟིན་པ་དང་དགའ་སྤང་
གིས་བུའི་འཁྲིས་སུ་རྒྱག་འོངས་ནས་རང་གི་བྱས་སྤྱོད་ཁྱད་ཅིད་སྤངས་དང་བུའི་གདོང་ལ་རེ་མོས་བྱས་ཏེ་
བསྟན་འགོ་འཇུགས། འོན་ཀྱང་བྱ་དེ་ནི་དྲག་སྤྱག་པ་ལྟར་སྤྱོད་པའི་ཆོག་གཅིག་ཀྱང་མི་ཐོན་པར་སྤྱོད་ཁྱད་
ཀྱི་མཐེབ་གཞིང་ལ་མཇུག་མོ་བརྒྱུ་ཡིས་རྟ་ཆེ་ཆུང་བརྒྱའི་མིག་སྤྱོད་པ་བཞིན་"ཁྱོག་ཁྱོག་ཅས་ཡི་གེ་
བྲིས་བཞིན་འདུག

ཨ་ཁུ་དོན་གྲུབ་ལ་ཆུ་ཁོལ་ཞིག་ཀྱང་སྤྱག་མཁན་མེད་ལ་འཆམ་འདྲིའི་སྐད་ཆ་ཆོག་གཅིག་སྤེང་
མཁན་མེད། ཨེ་མ་དེ་ལས་ཀྱང་ཉམས་སྤྱོད་བའི་ལོ་ངོ་མང་པོ་ཨ་ཁུ་ནི་མ་དང་ལྟན་ཏུ་དགའ་སྤྱག་བྱངས་
ཁྱོང་བའི་སློང་མེས་ལ་ཁ་སྤྱག་ཏུ་སྤྱོད་པའི་ཨ་ཁུ་ནི་མའི་ལྟ་མོག་དེ་མཐོང་ན་སེམས་རྒྱུང་རྣམས་ཀྱི་མིག་

ལས་མཆི་མ་མེ་ཤོར་བར་ག་ནས་ཡོང་གི། ཤེལ་སྒོ་ཅན་གྱི་སྒྲུབ་ལས་ཉི་ཟེར་གྱི་འོད་དཀར་ཞིག་
གིས་ཁང་པ་ལ་འཆར་སྒྲུག་ལྷག་པར་ཞིག་བསྒྲུབ་འོངས། ཨ་ཁུ་དོན་གྲུབ་ནི་ཁང་པ་འདི་འདྲ་ཞིག་ནང་
བསྐྱད་པ་ཐེངས་དང་པོ་ཡིན་ཡང་སེམས་ལ་བག་སྒྲོད་པོ་ཞིག་ཡོད་གིན་མེད། སུན་ཆོགས་ཀྱིས་རང་གི་
པའི་ཁ་ནས་ངེ་མ་བོ་ཁྱལ་གྱིས་པར་ཅམ་བྱོས་དང་ཞིད་སྤང་མགོ་གཟེང་ཅམ་བྱས། གང་ལྟར་དོ་མི་མཉམ་
པའི་ཉིན་གཅིག་སོང་བའི་རྗེས་ཀྱི་ཉིན་ཞོགས་པའི་ཆུ་ཚོད་དགུ་པ་ཅམ་ལ་སུན་ཆོགས་ཀྱི་བྲིམ་དུ་བྱ་ཡིན་
དང་བྱ་མོ་ཡིན་དཔྱེ་འབྱེད་དཀར་བའི་ཕོ་མོ་བརྒྱ་སྟོར་ཞིག་སྤྲོ་བས་བཞིན་ཡོད་པས་སུན་ཆོགས་ཀྱིས་
མཉུགས་པོར་རང་གི་ཨ་པའི་ལག་ནས་འདྲུས་ཏེ་ཁང་ཆུང་ཞིག་ནང་ཁྲིད་ནས་“དེར་སྟོད་”ཅེས་བྱི་སྟོད་མ་
དུ་བརྒྱབ་སོང་། ཨ་ཁུ་དོན་གྲུབ་ནི་ཅི་ཡིན་རྟོགས་མི་རྟོགས་པར་ཁོག་དུ་སྒྲུག་བསྐྱལ་གྱི་རྒྱ་མཚོ་འབྲེལ་ཞིང་
ཁོང་ཁྲོའི་རྒྱུང་སེར་རྒྱབས་དང་བསྐྱེབས་ནས་མཁའ་ལས་ཟེགས་མ་འཐོར་ལ་ཉེ། ཡུན་རིང་མ་སོན་པར་
སུན་ཆོགས་ཀྱིས་གཞས་གཏོང་འཕྲུལ་འཁོར་ནས་ཆོག་ཡིན་གདངས་ཡིན་མི་ཤེས་པའི་དེང་གཞས་ཤིག་
བཏང་ནས་ཆང་མས་སྒྲ་ངའི་ནང་ཡོས་འཕག་པ་བཞིན་དུ་མཉམ་གཞས་འཁྲབ་སོང་། དག་ཆར་ལྷན་པའི་
སྒྲ་དེ་ཨ་ཁུ་དོན་གྲུབ་ཀྱི་ན་བར་ལྷང་པས་ཨ་ཁུ་དོན་གྲུབ་ཀྱིས་སུན་ཆོགས་ཞེས་འབོད་ནས་ལག་གཉིས་སྟོ་
ག་ཆོད་ཅིག་བརྒྱུངས་ཡང་ཨ་ལན་ལ་ལན་སྟོད་མཁན་མེད། བམ་མཁའི་སྒྲ་མ་དགོན་མཆོག་གིས་ཆུལ་དེ་
མཐོང་པས་རང་དབང་མེད་པར་སྒྲིང་རྗེའི་མིག་ཆུ་ལྷང་ལྷང་དུ་བཞུར་ནས་ཨ་ཁུ་དོན་གྲུབ་ཀྱི་མིག་ཆུ་དང་
འབྲེས་ནས་བྲང་ཁར་ཐིག་པ་ཟག་བཞིན་འདུག ཨ་ཁུ་དོན་གྲུབ་ཁོང་ཁྲོའི་མི་སྟེ་དག་དུ་འབར་བས་ནུས་
ཤུགས་ཡོད་ཆད་ཀྱིས་བསྟོམས་ནས་རྒྱང་པས་ཤུགས་ཀྱིས་བརྒྱུང་པས་ཤིང་སྟོ་དེ་གས་ནས་ཆོག་སྒྲ་དང་
བཅས་མཉམ་གཞས་འཁྲབ་བཞིན་པའི་རྗེས་སུ་ཀྱིས་ཐོས་པས་མཆོངས་ཐེངས་གཅིག་གིས་སྟོ་དེ་ཕྱིས་པ་
དང་ཨ་ཁུ་དོན་གྲུབ་ནི་སྟོང་ཆུན་གཅིག་ས་ལ་འབྲེལ་པ་ལྟར་སྟོ་ཁ་དེར་འབྲེལ་འདུག ཆུལ་དེ་མཐོང་པ་
དང་མཉམ་གཞས་འཁྲབ་མི་རྣམས་འདྲེ་མཐོང་པ་ལྟར་ལུས་པས་འཕྲུལ་འཁོར་གྱི་སྒྲ་མ་གཏོགས་ཐོས་རྒྱ་
མི་འདུག རྗེས་སུ་ཀྱིས་སེམས་ཀྱིས་མ་བཟོད་པར་ཨ་ཁུ་དོན་གྲུབ་ཡར་འཐེན་རོགས་བྱས།

ཨ་ཁུ་དོན་གྲུབ་དཔྱུགས་སྟེབ་ངང་ཁ་ནས་“སྤྱ་ཤུག་ཅིག་བརྒྱབ་ནས་སྤྲིག་སྤྲུག་སུན་ཆོགས། སྒྲ་
དཀར་གྱིས་བསྒྲུབས་པའི་མགོ་བོ་དེ་ཡང་ཡང་གཡུག་བཞིན་དངོས་གནས་འབྲིགས་སོང་། མི་བྱེད་འདྲ་པོ་
ཆོ་བྱི་མ་ལ་ཡང་མ་འཕྲད་པར་ཤོག”ཅེས་སྒྲ་ཆ་མང་པོ་བརྗོད་སྟོང་མ་འདོད་པར་འབྱར་འབྱོར་ངང་བྱད་
སོང་། སུན་ཆོགས་ཀྱིས་མི་རྣམས་ལ་དགོངས་དག་ཅེས་བརྗོད་ནས་མི་རྣམས་རིམ་པ་བཞིན་རང་སར་ཕྱིན་
སོང་བས་གཞོན་ནུ་མ་དེ་དང་སུན་ཆོགས་གཉིས་ཁེར་རྒྱང་ལྷག ཉིན་དེ་ནས་སུན་ཆོགས་ལ་སྟོང་ལྷང་
ལྷང་གི་ཆོར་སྤང་ཞིག་ཡང་ཡང་ཡོང་བཞིན་ཡོད་ལ་ཁོང་གི་ན་བར་ཐོས་པ་ནི་གྲུང་རྒྱུད་དུ་ཆུ་ཚོད་ནང་
གི་སྒྲར་མདའ་འཁོར་བསྟོད་ཀྱི་སྒྲ་དེ་རེད། མཐར་གཞོན་ནུ་མ་དེ་དང་ཁ་ཚོད་ཤོར་ནས་ཁོར་དང་གཅིག་
ཤུར་ལུས་དགོས་པར་འགྱུར། འཆོ་བ་ནི་ཉིན་རེ་ནས་ཉིན་རེ་རྗེས་སུ་སྟོང་སྤྲུག་སྒྲ་བས་རེ་འཛིག་རྟེན་
དུ་འཆོ་མི་འདོད་པའི་སྤང་བ་ཡོང་གི་ཡོད། བམ་མཁའ་ནས་འབར་རྗེས་གས་པ་ལྟར་འཕྲུག་སྒྲ་ཅིག་
སྤྲོས་བས་དེ་ནི་ཁོང་ལ་ལས་འབྲས་འཁོར་བ་རེད། སྤྲུག་གྱོང་རེད་ཅེས་ལབ་པ་བཞིན་ཁོང་ལ་བསུན་སྤང་
ཆེན་པོ་ཆོར་གྱི་ཡོད། བདུན་ཤུག་གཅིག་གི་རྗེས་དེར་རང་ཉིད་ཀྱི་ཨ་པ་རྗོད་ཐོག་སྤྲན་ཁང་དུ་སྤྲན་བཅོས་

ཕྱེད་བཞིན་འདུག་ཅེས་པའི་སྐད་ཆ་ཞིག་རྒྱུད་ལྟར་གྲགས་པས་ཕུན་ཚོགས་ཀྱི་སེམས་ལ་ངོ་མོངས་དང་།
འཁྱོད་གདུང་གི་ཆོར་བ་ཞིག་གིས་བཅིངས་སོང་བས་རང་དབང་མེད་པར་སྒྲན་ཁང་དེར་ཤོར་སོང་། སྒྲན་
ཁང་དུ་སླེབས་པ་དང་སྒྲན་ཞབས་ཤིག་གིས་མཛུབ་ལྟོན་བྱས། སྐད་ཚུང་དུས་དུ་བཞིན་སློ་ཁར་འབྱོར་པ་
དང་སློན་རང་ཉིད་ཀྱི་ཚུང་འདྲིས་མཆོ་མོས་རང་གི་ཨ་པའི་ཁ་བྱར་ནས་ཁྲག་འཛར་བ་ནམས་སྒྲིན་བལ་
ཞིག་གིས་བྱིས་བཞིན་ཡོད་པ་མཐོང་བས་དུ་སྒྲ་རྗེ་ཆེར་གྱུར་ནས་ནང་དུ་གོམ་པ་གསུམ་ཙམ་སློས་རྗེས་ཨ་
ཁུ་དོན་གྲུབ་ཀྱིས་ཕུན་ཚོགས་མཐོང་པས་ཁ་ནས་ཁྲག་འཛུར་ཐེངས་གཅིག་གིས་མིག་གཉིས་ཁ་ལྟང་ལྟང་
རང་མཆོ་མོ་ལ་ཅེར་ནས་བྱི་མའི་ལྡ་ལམ་དུ་བཞུད་སོང་། ཕུན་ཚོགས་ཀྱིས་ཤི་བྱེན་པའི་ཨ་པའི་ཕུང་པོ་ལ་
འཐམས་ནས་མགོ་བོ་ཉལ་ཁྱི་ལ་བར་མེད་བཞུས་བཞིན་སྒྲན་ཁང་དེའི་ནང་དུ་སྒྲས་ཁེངས་སོང་། དེ་རིང་
ནི་ཨ་ཁུ་དོན་གྲུབ་བཞུད་བྱེན་ནས་བདུན་གཅིག་ཉག་ཉག་འགྲོ་བཞིན་ཡོད་པས་ཕུན་ཚོགས་བསྐྱོན་
གྲུབ་པ་དང་མ་ཚུའི་འགྲམ་དུ་པ་བོང་ཞིག་གི་ཐོག་དུ་བཞུད་ནས་འདས་བྱེན་པའི་ལོ་ལྷ་ལ་བྱིར་བྱས་བྱས་
པས་ངག་ནས་རང་དབང་མེད་པར་སྒྲོ་བྱ་འདི་འདྲ་ཞིག་གྱུར་སོང་།

པ་བཟང་པོ་ང་ཡི་ཨ་པ་བྱེད།
བྱ་ངན་པ་བདག་གི་སྒྲོ་བྱ་འདི།
སྒྲག་རྒྱ་མཆོར་རྒྱུད་པའི་བདག་གི་ཕྱོགས།
ཐེངས་ལན་གཅིག་གསན་པའི་རེ་བ་ཡིན།
མ་དྲིན་ཆེན་གྲོངས་པའི་ཉིན་དེ་ནས།
དུས་ཉིན་མཆན་མེད་པར་ཨ་པ་བྱེད།
བཞུད་ལྟར་པའི་ཟས་སྒྲ་ཡག་ཡག་དང་།
ཡིད་དགའ་བའི་སེམས་གཏམ་སྒྲན་སྒྲན་རེ།
བྱ་ངན་པ་ལུས་སྟོབས་རྒྱས་དུས་སྒྲ།
པ་བཟང་པོའི་སྒྲ་ལོ་དཀར་བའི་དུས།
རྒྱ་པོར་པ་གཅིག་ཀྱང་མ་ཞུས་བར།
ཡིད་སྒྲོ་བའི་སྒྲོད་ངན་དུ་མར་ལས།
གསེར་འདྲ་བའི་ཨ་པ་བྱེད་འདྲ་ལ།
བྱ་ང་ཡིས་དྲིན་ལན་ལོག་མཇལ་བྱས།
ལས་རྒྱ་འབྲས་བེར་བ་ཡོད་ན་ནི།
བྱ་ང་ཡི་མགོ་ཐོག་སྒྲིན་པར་ཤོག།

ཅེས་འཁྱོད་གདུང་གི་སྒྲོ་བྱ་དེ་མ་ཚུའི་སྒྲུབས་སྒྲ་དང་བསྐྱེབས་ནས་པ་མཐར་
དལ་གྱིས་ཡལ་སོང་།

པ་ཕུལ་ལ་བྱིར་ལོག་པ།

འཇམ་མཁའ་འཁོར་ལྔ་པ་ (འགྲན་ཚོར་དང་པོ།)

དང་པོ།

དོན་གྲུབ་ཀྱིས་ཡར་མར་ལ་མཚུབ་མོ་གེར་ཏེ་“ལྷོས་དང་། ལོ་གཅིག་གཉིས་ཤིག་གི་ནང་བལྟས་
བལྟས་རིག་རིག་ལ་ཁང་བཅེགས་འདི་འདྲ་མང་པོ་ཞིག་བརྒྱབ་སོང་། རྒྱ་གར་འདི་ཆོ་ཏམ་པ་ཆ་བ་ལ།
ཡང་དུལ་སྒྲུབ་ཀྱི་བཞི་རེ་བཅོས་པ་མ་ཡིན་ནམ།”ཞེས་གཞན་གྱི་ཕུན་ཚོགས་ལ་མི་བཅོད་པའི་སྐད་ཆ་
དེ་བཤད། “རེད་ལ། རོ་མ་རི་མགོ་འདི་གཡག་ཆུན་ཞིག་ཡིན་ན་དེ་མཆམས་ཁལ་གྱིས་ཡོངས་སུ་མཉན་
ཡོད་ཆོད་ཡིན།”ཞེས་བསོད་ནམས་ཀྱིས་ཁོའི་སྐད་ཆར་རམ་འདེགས་ཤིག་བྱས། མཆམས་དེར་རྒྱ་གར་བ་
ཞིག་གིས་སྒོ་ལྷ་ཡང་མོ་རེ་རྒྱག་ཞོར་འགྲམ་དེར་ཡོང་ནས། གཡས་ཕྱོགས་ཀྱི་མིག་ཤ་ཡར་འདེགས་ཅམ་
གྱིས་དོན་གྲུབ་ཀྱི་གདོང་ལ་ཅི་ཡིན་མི་ཤེས་པའི་སྒྲོག་བརྗེ་ཞིག་འཕངས་སོང་། སྤྱིང་རྗེ་མེད་པའི་སྒྲོག་བརྗེ་
དེ་ནི་ཆུ་འབྲུག་པོར་གང་དང་འདྲ་བར་དོན་གྲུབ་ཀྱི་སེམས་ནང་འབྲུག་ཤུར་ཤུར་གྱིས་བཞུར་ཡོང་བས་ཁོའི་
གདོང་གི་ནམ་འགྲུལ་དེ་ཡང་སྐད་ཅིག་ལ་འགྲུལ་བ་བྱིན། དོན་དེ་བསོད་ནམས་ཀྱིས་ཀྱང་ཆོད་དཔག་ཐུབ་
པ་ཞིག་ཡིན་མོད་ཅི་ཡང་མ་མཐོང་བའི་ཆུ་ལ་གྱིས་བསྐྱད། རོ་མ་བཤད་ན་ཁོ་ལ་འདྲ་མཉམ་དེ་ཉེ་ཆར་
ཁང་སྒྲུབ་པའི་འཕྲོ་ན་སྒྲོར་ཉིས་སྟོང་ཅམ་ལས་ལྷག་མེད། ཡལ་བེན་པའི་རྒྱ་གར་བའི་མིག་མདངས་དེ་
ལས་དོན་གྲུབ་ཀྱི་སེམས་ནང་ད་དུང་ཡང་“ད་ཕྱོགས་པོར་དུལ་བ་སྦྱིས་ཏེ་མཁྱོགས་པོར་སྦྱོད་མ་གཏོགས་
.....”ཞེས་ཆ་འདི་གཏོང་བཞིན་འདུག ཁོས་བསོད་ནམས་ཀྱི་གདོང་ལ་གཉིས་རིག་རིག་གི་མིག་བྱུང་གཏད་
པ་ན་བསོད་ནམས་ཀྱིས་ད་དུང་ཡང་ཐག་རིང་ཐག་རིང་ཞིག་ལ་ཅེར་ནས་བསྐྱད་ཡོད། “སྒོ་བྱར་དུ་ཅི་ཞིག་
དཔག་པ་ལྟར་དེང་སང་རྟ་སར་གསལ་ལེ་རྒྱལ་རྗེ་ཉུང་ནས་རྗེ་ཉུང་ཡིན་པས་རྒྱུང་མི་འགོར་བར་རྒྱ་གར་
བའི་ཁང་པའི་ནང་ལོ་སྒྲུབ་ཐུག་ནས་འདུག་མཁན་འདི་འདྲ་མང་པོ་ཞིག་གང་ན་ཡོད། དེ་དུས་ཁང་སྒྲུབ་
ཐུབ་ན་ཨ་མའི་བྱ་ཡིན། སྐབས་དེར་ད་དུང་སྒོ་འགྲམ་ནས་ལྷམ་གྱི་ཅིས་གངས་ལོངས་དང་.....”ཏིན།”ཞེས་
དོན་གྲུབ་ཀྱིས་ཁང་བདག་གི་སྒོའི་ཕྱོགས་ལ་བལྟས་ནས་བཤད་ཀྱང་། བཤད་ས་བྱ་མོ་དང་ཉན་མཁན་
མནལ་མ་བེར་བའི་དཔེ་ལྟར་དེར་ཉན་མཁན་བསོད་ནམས་མ་གཏོགས་མེད། བསོད་ནམས་ཀྱི་སེམས་སུ་
ཁོས་གང་དཔག་ཞིག་བཤད་ཀྱི་ཡོད་པ་ལས་གསལ་ལེ་རྒྱལ་མེད་ན་རྟ་ས་སྟོང་བར་ཆགས་པའི་དཔེ་ཞིག་
གང་ན་ཡོད་སྟུམ། ཡིན་ཡང་ཁ་ནས་“དེ་འདྲ་རེད། ཁང་བདག་དེ་ཆོས་དབྱིན་རི་ཞིག་མཐོང་ཆོ་ཉིན་བཅུ་

མ་གཏོགས་འདུག་གི་མིན་ཟེར་ན་འང་ཟ་ལ་བལྟག་ལ་བྱེད། ཡགོང་ས་མཆོག་འདིར་བཞུགས་པའི་ཐུགས་
 རྟེན་ལ་རྩོམ་མིན་ན་ས་རྟུགས་འདི་ལ་སྤྱི་ཞིག་ཡོང་གི་རེད། ཅེས་བཤད། རྟོན་གྲུབ་ལ་འང་ཁག་མེད་དེ་
 ཁོས་ཁང་བ་འདི་སྤྲོས་ནས་སྒྲོ་དོ་གསུམ་མ་གཏོགས་སོང་མེད་ལ། དེ་སྔོན་གྱི་ཁང་པ་དེར་རིན་པོང་རུང་
 ཁེ་ན་འང་ཁང་བ་དག་ཆང་གིས་སྒྲོ་འགྲམ་གྱི་ལྷམ་མགོའི་གྲངས་ཀ་བཅིས་ཏེ་མི་གཞན་ཡོད་མེད་ལ་ཞིབ་
 བཤེར་བྱེད་པ་མ་ཟད། ལྷམ་དང་རྒྱ་ཐོམ་སོགས་ཉེར་མཁོའི་ཅ་ལག་དག་གྲང་ཐེངས་མི་ཉུང་བ་ཞིག་ལ་
 བོར་སྒྲུག་བྱུང་རྒྱུ་ཁོ་རང་གཞན་དེ་ནས་མི་འདོད་བཞིན་སྤྱོད་དགོས་བྱུང་། ཏུས་རྒྱུན་གྲུང་གསེང་དེ་
 འདྲའི་སྐབས་སྒྲོ་བ་གྲུ་ནས་དོ་ཤེས་གོགས་པོ་ཆོ་བསྐྱེད་ན་ཁོའི་ནང་ལ་འཆང་ཁ་རྒྱག་གིན་ཡོད་པས། སྔོན་
 དང་བསྐྱར་ན་འདིར་སྒྲོས་པ་ནས་བཟུང་ཁོའི་དཀའ་ངལ་མི་ཉུང་བ་ཞིག་རང་ཞིར་སོང་ཡོད་ཅེས་བཤད་
 ཆོག དཔེར་ན། རྒྱ་གཅིག་གི་སྔོན་དེར་ཁང་རྒྱུ་བཞི་འདིའི་ནང་དགོང་མ་གཅིག་ལ་མི་ལྷ་རྟུག་ཅིག་
 འཆང་ཁ་བརྒྱབ་གྲང་ཁང་བ་དག་གིས་སྒྲོ་ཆ་ཆོག་གཅིག་གྲང་མ་ལ་བ་པས་ཁོ་རང་དགའ་ནས་ཡོད། འོན་
 གྲང་དགའ་སྒྲུག་རེས་མོས་ཀྱིས་འཆོ་བ་ནི་འཁོར་བའི་ངང་རྒྱལ་ཞིག་ཡིན་པས་ཉེ་ཆར་ནས་བཟུང་གནད་
 རྟོན་གཞན་ཞིག་གི་རྒྱུན་པས་དོན་འགྲུབ་ཁང་བ་དག་ལ་ཡོལ་ཐབས་བྱེད་དགོས་པ་ཞིག་ཆགས། ཞོགས་
 པ་ཕྱི་ལོག་ལ་སོང་སྟེ་དགོང་མོ་མཆོན་ལ་མ་གཏོགས་རྒྱུར་ཡོང་གི་མེད། དེའི་རྒྱུན་རྒྱུ་དང་དེ་རིང་གི་ཁོའི་
 སྒྲོ་ཆ་དག་ནི་འབྲེལ་ནས་ཡོད་དེ། རྒྱ་མཆོན་ཁང་བ་དག་གིས་ཁོ་ལ་ཁང་སྤྱོད་ཀྱིན་ཡོད་པས་རེད།

རྟོན་གྲུབ་ཀྱིས་མུ་མཐུད་དུ་“སྦྱིར་བཏང་ཁང་སྤྱོད་ལ་རྟོན་འདུག་མཁན་དེ་ཕྱི་རྒྱལ་ནས་ཡོང་
 མཁན་ཆོ་ལན་པ་ཡིན། ཁོང་ཆོས་ཁང་བ་ཡག་པོ་ཞིག་ཡོད་ན་རིན་པོང་ལ་སྒྲོན་མེད་ཟེར་ནས་རྒྱ་གར་བ་
 འདི་ཆོ་སྒྲུག་ལངས་ལ་བཏང་ཡོད་པ་རེད”ཟེར། དེ་ལ་བསོད་ནམས་ཀྱིས་“འདིར་རྒྱུན་རིང་སྟོན་མཁན་
 ང་ཆོའི་གས་ཀྱི་གནས་སྤངས་ལ་མི་བལྟ་བར་ཁོང་ཆོ་གཞན་གྱི་མི་སེར་ཆགས་རྗེས་རང་ཉིད་ཅིག་ཡིན་
 མདོག་མདོག་བྱེད་གྱི་ཡོད་པ་རེད”ཟེར། ཡང་རྟོན་གྲུབ་ཀྱིས་“ད་ང་ཆོའི་གས་སྒྲོ་བ་གྲུ་ནས་ཕྱི་ལ་སོན་
 ཆར་རྗེས་ཁ་ལ་བྱེད་མཁན་ཞིག་ཡོད་པ་མ་རེད། འདི་པལ་ཆེར་ལས་དབང་ཡིན་པ་འདྲ། ལོ་འདི་ཅམ་ལ་
 བསྐྱེད་ཏེ་ད་རུང་ཁ་ཕྱིར་འཁོར་ནས་རང་གི་པ་མར་ལག་པ་བཟེད་རྒྱུ་འདི་ལས་ལྷག་པའི་དཀའ་ངལ་
 ཞིག་གང་ན་ཡོད། ཅེས་ཉིན་འགའི་སྔོན་པ་ལྷལ་ལ་དཔུལ་གྱི་སྒྲོར་ཁ་པར་གཏོང་དགོས་བྱུང་བའི་གནས་
 རྒྱལ་དེ་སེམས་ངོར་བཞུགས་པ་དང་ལྷན་དུ་རང་དབང་མེད་པར་དབྱགས་རིང་ཞིག་གྲང་ཤོར་སོང་། ཡང་
 བསོད་ནམས་ཀྱིས་“ནང་སྤྱིད་བཀའ་སྒྲོན་གྱིས་གྲང་དེ་སྔོན་བཀའ་ཁྲིའི་འོས་མིར་བཞེངས་སྐབས་གསར་
 འཕྱོར་ཆོར་ཁང་བ་མེད་རབས་དང་དེ་ཆོར་དཀའ་ངལ་ཆེ་རབས་བཤད་དེ་འདྲལ་སའི་ཁོངས་ཤིག་བཟོ་རྒྱུ་
 ཡིན་གསུངས་པ་མ་རེད་དམ། ད་ནང་སྤྱིད་བཀའ་སྒྲོན་ལ་བསྒྲོ་བཞག་གནད་སྟེ་ལས་རྒྱུ་ལག་ལ་བཞག་ན་
 བྱེད་པ་ཁུང་དུ་འདྲལ་བ་ནང་བཞིན་འདིའི་ཕྱོགས་ལ་གྲག་འགྲུལ་ཅི་ཡང་མེད་པ་ཅི་རེད”ཟེར། རྟོན་གྲུབ་
 ཀྱིས་“དེང་སང་ཆང་མ་དེ་འདྲ་ཆགས་ཡོད། དེ་ཏུས་གསར་འཕྱོར་ཆོ་དགའ་རུ་བརྒྱུག་སྟེ་འོས་ཤོག་རྒྱུར་
 རག་ཐབས་བྱས་པ་ཅམ་རེད། འོས་འགན་སྐབས་ཁས་ལེན་མང་དག་ཅིག་བྱས་ཏེ་རྗེས་སུ་བསྐྱེད་མི་དགོས་
 པ་འདི་དེང་གི་དཔོན་པོ་ཆོས་རང་གི་འཛོན་ཐང་ཞིག་ལ་བཅི་བཞིན་ཡོད་”ཅེས་བཤད། དེ་ལ་བསོད་
 ནམས་ཀྱིས་“འདི་ཡང་ཨ་རིའི་མང་གཙོ་ནས་རྒྱུར་དཔེ་བཟུས་བརྒྱབ་པ་ཞིག་རེད་འདུག”ཟེར། རྟོན་གྲུབ་

གྲིས་“ངོ་མ་བཤད་ན་ང་ཚོ་བཅོམ་བྱུང་པ་ཡིན་པས་མི་རྒྱ་གང་གི་ཐད་ནས་ཀྱང་གཞན་དང་བསྐྱར་ཐབས་
 མེད་པ་མངོན་སུམ་ཡིན་མོད། འོན་ཀྱང་། ང་ཚོའི་གནས་སྐབས་ཐད་ལ་འདྲ་མཉམ་ཞེས་སྟེན་སྟངས་རྒྱ་མཚན་ཡོད་
 མེད་ཀྱི་ཁ་བརྒྱུད་མང་དག་ཅིག་བྱས་ཀྱང་། མདོ་དོན་དོན་གྲུབ་གྲིས་བསོད་ནམས་ལ་ད་དུང་ཡང་དདུལ་གྱི་
 ཐད་ནས་ཆོག་གཅིག་ཀྱང་སྤྲོད་ཐུབ་མེད། ད་མཚམས་དོན་གྲུབ་གྲིས་ཞོག་ཞོག་འགའི་ཤུན་པགས་དལ་
 གྲིས་བཟུ་བཞིན་པ་ལ་བལྟས་ན་དེའི་ཚུགས་ལ་མདང་རྒྱག་གི་ཡོད་པ་ཤེས་སྟབས། ཅུང་ཙམ་ནས་ཞོག་ཞོག་
 གི་ཚོད་མ་སྟབས་བདེ་ཞིག་བཅོས་ཏེ་ཁོང་གཉིས་ཀྱིས་རྩོས་ཇ་འབྱུང་།“ཤ་མེད་ན་འདྲ་ཞིམ་པོ་ཞིག་བཟོས་
 འདུག་དུ། གཞན་ནས་སྤངས་པ་མིན་ནམ།” “མིན། འདི་འདྲ་བ་ནམ་རྒྱུན་ནང་ནས་བཟོས་པས་ཅུང་ལོབས་
 ཡོད་པ་འདྲ་”ཟེར། སྐབས་དེར་རྒྱ་ཆོད་གསུམ་དང་ཕྱེད་ཀ་ཙམ་ཟེན་ཡོད་པས་བསོད་ནམས་གྲིས་ང་ལ་
 འཛིན་གྱུ་ཞིག་ཡོད་ཟེར་ནས་འགྲོ་བར་བཅུམས། དོན་གྲུབ་གྲིས་དོ་མཐོམ་རེ་རེ་བཞིན་དོག་པས་གཞོན་
 གྱིན་པའི་བསོད་ནམས་ཀྱི་རྗེས་ལ་ཅུང་ཙམ་བལྟས་རྗེས།“མེ་བསོད་ནམས། ཅུང་སྒྲུགས་དང་”ཞེས་སྐྱོད་
 བཏང་།“ཁྱོད་ཀྱི་ཁྱོད་ལ། ང་ལ་ཕེ་ཤག་ཅིག་དགོས་ཀྱི་འདུག་སྟེ།” “ག་རེ།”བསོད་ནམས་གྲིས་མ་ཤེས་མདོག་
 མདོག་གིས་དེ་ལྟར་དྲིས། “དེང་སང་རྒྱ་གར་གྱིས་ཁང་སྤྱོད་དེ་འགྲོ་འདུག་གི་མི་འདུག་ རོ་བོ་རིན་པོ། རྒྱ་
 མཁུན། ཁྱེད་ལ་ཡོད་ན་ངས་མགྲོགས་པོར་སྦྱོན་པ་སྤྲད་ཆོག་ བུ་ཡུལ་ལ་འབྲེལ་བ་བྱས་ཆར་བ་ཡིན། ཁྱེད་
 རང་མ་གཏོགས་གཞན་པ་ཞིག་ཡིན་ན་ངོ་མ་ལ་བ་སྐབས་མ་རེད།”ཅས་མིག་གཉིས་བསོད་ནམས་ཀྱི་ལྟ་
 ལྟར་ལ་ཐབས་སྟེ་ཏ་ཅང་ནང་ཆགས་ཡིན་པའི་ཚུལ་གྱིས་བཤད། དེ་མཚམས་བསོད་ནམས་གྲིས་“དགོན་
 མཚོག་གསུམ། ཁང་སྤྱོད་ཀྱི་ལ་དུ་”འདད་ས་མེད། ཉེ་ཆར་ང་རང་གི་ཁང་སྤྱོད་ཆར་ཙམ་ཡིན།”ཟེར་
 བ་དང་ལྟན་དུ་གྲོགས་པོ་ལ་དོགས་པ་སེལ་ཆེད་རང་གི་སྒྲོར་ཁུག་ཕྱིར་བཏོན་ནས་ནང་ལ་ལྟ་བུ་བཅུག་
 སྒྲོར་ཁུག་ནང་ལ་བརྒྱུ་ལོ་གསུམ་མ་གཏོགས་མེད་པས་“ཁྱེད་རང་གིས་མཐོང་བ་འདི་རེད།”ཅས་རང་ཉིད་
 དཀར་འདོན་བྱས་རྗེས་ལ་བརྒྱ་གཉིས་ཡར་བཏོན་ཏེ་“ཆིག་སྟོང་འདི་རང་གིས་ཁྱེད། དེ་ཙམ་མ་གཏོགས་
 གཞན་བྱ་ཐབས་མི་འདུག་ དེང་སང་ང་ཡང་ལག་སྟོང་ཆགས་ཡོད་པ་འདི་རེད། མོ་རེད། ད་དུང་རབ་
 བརྟན་དང་ཁོང་ཚོར་ལ་བ་(ལོབས)དང་། རོ་ཆ་དགོས་པ་མ་རེད། རྗེས་ནས་སྤྲད་རྒྱ་རེད་མོད། གྲོགས་པོ་
 ཟེར་བ་སྒྲུག་དུས་པན་མི་ཐོགས་ན་དགའ་དུས་དགོད་རོགས་སུས་ཀྱང་སྐབས་ཀྱི་རེད། ཡ་དང་འགྲོ་གི་ཡིན་
 དུ།”ཞེས་བསོད་ནམས་རྒྱག་མ་འདུར་གྱིས་དོ་སྐྱོབ་དེའི་མགོར་སྤོབ་མ་ཐག་ཁ་ཕྱིར་འཁོར་ནས་ལག་བརྒྱ་
 ཞིག་བཏང་། དེ་ནི་“གྲོགས་པོ་སེམས་མ་ཐམ་”ཟེར་བ་དང་གཉིས་སུ་མ་མཆིས། དོན་གྲུབ་གྲིས་ཁོའི་རྒྱབ་
 གཟུགས་ལ་ལྟ་བཞིན་“གྲོགས་པོ་ཟེར་བ་སྒྲུག་དུས་པན་མི་ཐོགས་ན་དགའ་དུས་དགོད་རོགས་སུས་ཀྱང་
 སྐབས་ཀྱི་རེད།”ཅས་པའི་ཆོག་དེ་ཁ་ནས་སྒྲོར་བཞིན་སེམས་ལ་སྟོབས་པ་ཞིག་སྒྲིས་ན་འདྲ་རྗེས་དེ་མར་དག་
 ནས་རང་དབང་མེད་པར།“ད་སུ་ཞིག་མགྲོན་ལ་འབོད།”ཅས་པའི་ཁེར་ལ་བ་དམའ་མོ་ཞིག་ཀྱང་ཐུག། ཕྱིར་
 མལ་ཁྱིའི་སྤང་ལ་གན་རྒྱལ་དུ་ལོག་ནས་ཡང་བསྐྱར་བསམ་གཞིག་གི་སྒྲོང་དུ་འབྱུངས། མིག་མདུན་གྱི་
 བར་སྤང་དེར་སྒོ་བཟང་དང་བསྟན་ཏེ། རབ་བརྟན་སྟེན་རང་གི་གྲོགས་པོ་རེ་རེའི་བྱ་སྤྱོད་དང་གདོད་
 དབྱིབས་ནི་སྒོག་བརྟན་བཞིན་ཤར་ནས་ཡོང་མོད། འདི་ལ་རེ་བ་བྱས་ཆོག་སྟུང་པ་གཅིག་ཀྱང་མ་བྱུང་
 བས་སེམས་འཕྲལ་འཕར་མར་གཏོགས་པའི་མིག་མདུན་གྱི་གཟུགས་བརྟན་དེ་ལས་གཡོལ་ཆེད། གཡས་
 རྒྱགས་སུ་འགྲེ་ལོག་ཅིག་བརྒྱབ་པ་ན་མལ་ས་ནི་རེ་རྩོ་ནས་རེ་བདེ་ཡིན་པའི་ཉམས་སྤང་ཞིག་གིས་ཡོངས་

སུའིངས་ཤིང་། དེམ་གྱིས་མི་ལམ་གྱི་གནམ་གྱི་བསྐྱེད་ནས་འདིག་ཏེན་གཞན་ཞིག་ལ་ལྟ་མོར་ཆས་
འགོ་ཚུགས། རང་ཉིད་གནམ་ས་གང་གི་ཁ་གཏང་དུ་ལངས་ཡོད་པ་མ་ཤེས། ཀླང་བར་གྲང་བསེལ་བསེལ་
གྱི་རེག་བྱ་ཞིག་གིས་ཀུན་ནས་ཁྱབ་ཀྱིན་པར་བསམ་ན་རྒྱུ་གི་སྤྱུ་བྱ་ཟེར་བ་དེར་རྒྱང་བ་ཐོགས་ཀྱིན་ཡོད་
པ་འདྲ། གོང་འོག་གང་ལ་བཞུགས་ཀྱང་མཐའ་མེད་པའི་རས་སྒྲོན་ཡུག་གཅིག་ཁད་ཀྱིས་བཏིངས་པ་དང་
ཀུན་ནས་མཚུངས་པས། ཁ་ཕྱིར་འཁོར་ནས་བཞུགས་ཅན་མ་གཞི་ཁོར་ཆུ་མཚོ་ཆེན་པོ་ཞིག་གི་འགམ་
རྒྱུས་ན་འགྲེང་ནས་ཡོད་པ་ཆོར་ལ། ཁོའི་གོགས་པོར་བ་བརྟན་སོགས་ཀྱང་དེ་གར་བྱེ་མའི་ནང་འདུག་པ་
མཐོང་། དེ་མ་ཐག་རང་ཉིད་ཀྱི་དཀའ་ངལ་དེ་ཡིད་ལ་ཁྲིགས་སེར་ཤར་ཡོང་བས་སྐད་ཆ་ཞིག་འདི་དགོས་
བསམ་མོང། ཁོང་ཆོའི་ལུས་ཡོངས་ས་རྩལ་གྱིས་ཁེངས་ཤིང་ཁའང་སྐམ་ཐག་ཆོད་པའི་ནམ་པ་དེ་མཐོང་
བས་ཁོའི་རེ་བའི་ཐག་པ་ཅ་བ་ནས་ཆད་སོང་། དེ་དུས་ཆང་མ་ཁུར་བེད་གིས་བྱ་ཁར་རྒྱགས་འོང་གིན་
འདུག ཁོས་ཀྱང་གྱའི་ནང་གི་འགྲལ་བ་མགོ་སེར་ཞིག་ལ་སྐང་གི་ལམ་འགམ་བར་དུ་མྱིད་ཁོག་ཅན་གྱི་
དོ་བོ་དག་འཁྱེར་རྒྱུས་བྱས། འགྲལ་བ་དེ་འགྲོ་ཁར་དགའ་བའི་འཇུག་དང་བཅས་སྒྲོ་ལོ་ལྟ་བུ་མ་ཞིག་
ཁོའི་ལག་པར་གཏང། ཁོ་ནི་དགའ་བ་འབྱམ་གྱིས་སྒྲོས་ཏེ་འདི་མི་ལམ་མིན་པར་སྒྲོན་ཞེས་ཁ་འབོད་བྱེད་
ཀྱིན་ངང་གི་ཞིག་འདེབས་བསམ་པའི་མོད་ལ་མི་འདོད་བཞིན་གཉིད་ལས་སད། ལག་གཡས་པར་བསོད་
ནམས་ཀྱི་སྒྲོར་མོ་དེ་དམ་པོར་བསྐྱམས་འདུག་པས་ངག་ནས་“སྒྲོ་ལོར་……ག་རེ་སྒྲོ་ལོར་……ཉིན་”ཞེས་རང་
གིས་རང་ལ་ཁྲེལ་དགོད་ཅིག་ཤོར།

ཁོས་ཡང་བསྐྱར་གོགས་པོ་ཆོའི་ཐད་ལ་བསམ་སྒྲོ་ཞིག་གཏོང་ཁུལ་བྱས་ཀྱང་སྒྲོན་མ་ནང་བཞིན་
རེ་བཅོལ་ས་གཅིག་ཀྱང་མ་བྱུང་། སྐབས་དེར་ཁོའི་མིག་ལམ་དུ་གཟུགས་བརྟན་གཞན་ཞིག་ཤར་ཡོང་
བ་ནི་ཁོ་དང་མ་ཡུལ་གཅིག་པའི་ནམ་རྒྱལ་གྱི་ཆང་གི་ཨ་ཁུ་(སྐུ་ཤོགས) སྐལ་བཟང་རེད། ཨ་ཁུས་ཟེར་ན་
ཁོང་གཉིས་ཤ་ཉེ་ཡིན་ཚུལ་བཤད་ཀྱང་དོན་གྲུབ་ཀྱིས་ཁོང་གཉིས་སྡེ་བ་གཅིག་གི་མི་ཡིན་པ་ཅམ་ལས་
གཞན་ཤེས་ཀྱི་མེད། ས་འདི་ན་དོན་གྲུབ་ལ་ཤ་ཉེའམ་མ་ཡུལ་གཅིག་པ་སྐུ་ཤོགས་ཁོང་མ་གཏོགས་མེད་ལ་
ཁོང་གཉིས་བར་འབྲེལ་ལམ་ཡང་ཉ་ཅང་བཟང་མོད། འོན་ཀྱང་ཁྱད་མཆར་བ་ཞིག་ལ་ལྷ་འགའི་སྒྲོན་ནས་
བཟུང་ཨ་ཁུ་སྐལ་བཟང་ནམ་མཐོང་ལ་དོན་འགྲུབ་གཟུར་ནས་འགྲོ་ཡི་ཡོད། དེའི་རྒྱ་མཆན་ནི་ཁོས་ཨ་ཁུ་
སྐལ་བཟང་ལ་དདུལ་གྱི་བྱ་ལོན་དུ་དུང་ཡང་སྤྲད་སྤྲུབ་མེད་པ་རེད། ཡང་ཕྱོགས་གཞན་ཞིག་ནས་ཨ་ཁུ་
སྐལ་བཟང་གི་སྐད་ཆ་ཞིག་ཁོའི་སེམས་ལ་དུ་དུང་ཡང་འཁྲིལ་ནས་བསྐྱེད་ཡོད། དེ་ནི་ལོ་གཉིས་སྒྲོན་གྱི་
དཀྱུན་དུས་ཞིག་སྟེ། དོན་གྲུབ་ཤེས་རབ་དགའ་ཆལ་སྒོ་བ་མྱིང་ནས་བཤལ་ནད་ཀྱི་ཁྱེན་པས་སྒོ་བ་གྱུ་དེར་
སྤྲོད་ཐབས་མེད་པའི་སྐབས་ཤིག་ཨ་ཁུ་སྐལ་བཟང་སར་ཡོང་ནས་རང་ཉིད་ཀྱི་ནད་ཆོའི་སྒྲོར་ཞིབ་བཤད་
དང་། དེའི་ཁྱེན་གྱིས་གང་མཁྱོགས་སྒོ་བ་གྱུ་ནས་ཅ་དགོངས་ཁུ་རྒྱ་ལས་ཐབས་མེད་ཚུལ་སོགས་བཤད་
པར། ཨ་ཁུ་སྐལ་བཟང་གིས་ཁོང་ལ་མཐའ་གཅིག་ཏུ་རྒྱུ་སྒྲོར་བྱས་ཏེ་སྒོ་བ་སྒྲོང་གལ་ཆེའང་འཕྲོད་བཞེན་
དེ་ལས་ཀྱང་གལ་ཆེན་ཡིན་སྒྲོར་རང་ཉིད་ལ་རྒྱ་དམར་གྱིས་མནར་གཅོད་བཏང་བའི་མྱོང་ཆོར་དང་
རྒྱགས་ནས་བཤད་པ་དང་། ཕྱིར་ཐོན་ཁར་ཡང་བསྐྱར་ནན་གྱིས་བརྗོད་པ་ནི། “ཅ་དགོངས་ཁུ་རྒྱས་རྒྱས་རྒྱས་
གཡས་གཡོན་ནས་ཁང་པ་ཞིག་སྐྱས་ཏེ་སྤྲོད་སྤྲོད་ངང་སྤྲོད་དང་། རྒྱས་ཕྱོགས་དཔལ་འབྱོར་གྱི་དཀའ་ངལ་

སོགས་ཅི་ཕྱང་ཡང་འདྲིམ་ཐོན་མེད་པར་བྱེད་རང་ང་བཅའ་བར་ཤོག ངས་གང་ཐུབ་ཀྱིས་རོགས་པ་བྱེད་
དགོས། ཟེར་བའི་སྐད་ཆ་དེ་རེད། འོན་ཀྱང་འདི་ལྟར་རང་ཉིད་ཀྱིས་ཐག་གཅོད་དཀའ་བའི་འགལ་འདྲའི་
ཕྱང་པོ་ཆེན་པོ་ཞིག་གི་གསེང་ལ་ལྷུང་ནས་གང་འཆམས་འགོར་བ་ན། མཐོང་བ་ཅམ་གྱིས་སྲུན་སྒྲུང་སྟེར་
བའི་རྒྱ་གར་ཁང་བདག་དེས་ཡང་བསྐྱར་རང་ཉིད་གཟས་ནས་ཡོང་གི་ཡོད་པ་མཐོང་བྱུང་། འོན་ཀྱང་། དེ་
ནི་རྒྱལ་རོགས་དཔུང་དཔག་ཅིག་དང་འབྲ་བར་སེམས་ཀྱི་འཐབ་འཛིང་ཁྲོད་དཀའ་ངལ་ཐག་གཅོད་ཐུབ་
པ་བྱུང་། ཁོའི་སེམས་སུ་ད་ལྟ་རང་ཉིད་ལ་སྟོབས་པ་རྒྱས་ཡོད་པའི་སྐབས་དང་བསྐྱེད་ནས་གང་མཁྱོགས་
ལག་བསྟར་མ་བྱས་ན་སྟོལ་འགྱུར་བ་ཐེབས་སྲིད་སྟམ་པ་དང་ལྟན་དུ། དེ་རིང་གཟུང་ཉི་མ་ཡིན་པའང་
ཡིད་ལ་ལྷུང་ངར་བྱ་ཉེ་དགའ་སྒྲུང་དང་སྟོ་འཆབ་འདྲེས་མའི་ངང་ཨ་ཁུ་སྐྱལ་བཟང་ནང་ལ་འགོ་བར་
བརྩམས།

གཉེས།

མེར་ལོར་སུམ་མདོ་སྐྱངས་འཁོར་ས་ཆོགས་དེར་བསྐྱེབས་པ་ན་མི་མང་གིས་“བྱང་ཆུབ་སེམས་
མཆོག་རིན་པོ་ཆེ། མ་སྐྱེས་པ་ན་མས་.....” ཞེས་ཤུགས་སྟོང་ཅིང་སྒྲ་ཁྲུངས་ནས་ཐོན་པའི་སྒྲ་གསལ་ལ་
མི་གསལ་བ་ཞིག་གི་ངང་བྱང་ཆུབ་སེམས་མཆོག་མ་ནར་གྱིས་འདོན་བཞིན་ཡོད་ལ། སར་བལྟས་ཆོད་
གྱིས་སྲུན་མོང་གི་ཁྲལ་ཅིག་མི་འདོད་བཞིན་ཁྲུང་བཞིན་པ་དང་འབྲ། ཟུར་གཅིག་ན་“བོད་རིགས་སྲུན་ཐོ་
ཆོ། མར་མེ་ཁྲོམ་སྒྲོར་ནང་མཉམ་ཞུགས་གནང་རོགས།” ཞེས་སྟོག་བཞིན་པར་བལྟས་ན་མར་མེ་ཁྲོམ་སྒྲོར་
མགོ་བརྟུགས་ནས་ཡུན་རིང་མ་ལོན་པའང་ཤེས་ཐུབ། འོན་ཀྱང་ནི་རི་དྲགས་མཐོང་བའི་རྩོད་པ་རི་བཞིན་
སྟོ་བྱར་དུ་འགོ་མཆམས་བཞག གཤོང་ལ་མི་འདོད་པའི་ཉམས་དང་བཅས་འབྲིས་ཀྱི་ལམ་འགོ་བ་ཆ་མེད་
དེར་“དེ་རིང་ཡང་ལམ་ཁ་བཀག་འདུག་གྱ” ཞེས་བཤད་དེ་ག་ལེར་སྒྲོས་གར་ལ་འགོ་སའི་ལམ་ཁའི་སྟེང་
ཡར་བཀྱོགས། དེ་རིང་ཕྱི་ཁྱེ་བརྒྱུད་པའི་ཆོས་བདུན་ཉིན་གྱི་ལས་འགལ་འདི་ནི་རྒྱལ་གཅིས་དཔའ་མོ་སྟོལ་
དཀར་འཆོ་ལགས་ཀྱིས་བོད་རྒྱལ་ཁབ་དང་མི་རིགས་ཀྱི་ཆེད་དུ་ཙ་ཆེའི་སྐུ་ལུས་མཆོད་མེར་ཐུལ་བར་
རྩིས་བྱས་དང་གཏུང་སེམས་ལྷོས། བོད་ཀྱི་གཞོན་ནུ་ལྟན་ཆོགས་དང་། བོད་ཀྱི་བྱད་མེད་ལྟན་ཆོགས།
བོད་རང་བཅོན་སྟོབ་ཐུག་ཆོགས་ལ། དགྲ་བརྟུགས་ཆོགས་ལ། བོད་རྒྱལ་ཡོངས་མང་གཅོ་ཆོགས་པ་
བཅས་གཞུང་འབྲེལ་མ་ཡིན་པའི་ཆོགས་པ་ལྷས་རྒྱན་ལྷན་ལྟར་གོ་སྒྲིག་ཞུས་པ་ཞིག་ཡིན་ཆོད་འདུག འོན་
ཀྱང་ལམ་དུ་འགོ་ཞོར་ཡིན་པས་སྤྱིར་བཏང་ཁོང་ཆོའི་ལས་འགལ་ནང་མཉམ་ཞུགས་བྱས་ན་འགྲིག་མོད།
འོན་ཀྱང་དེ་ལྟར་མི་བྱེད་དོན་ཁོ་ལ་རྒྱ་མཆོན་གཞན་ཞིག་ཡོད་པ་ཐག་གིས་ཆོད།

འོན་ཀྱང་གསར་འཁྱོར་ཡིན་པའི་སྐབས་ཤིག་ལ་ཐེངས་གཅིག་མར་མེ་ཁྲོམ་སྒྲོར་ནང་མཉམ་
ཞུགས་ཐོང་བ་ལས་དེ་རྩིས་ཏེ་ལམ་ཞུགས་ཐོང་མེད། ཁོའི་བསམ་པར་ལས་འགལ་དེ་ནི་ཉམ་ཆུང་རྒྱས་མེད་
ཅིག་དང་ཁྲལ་ལྟ་བུ་ཞིག་ལ་མཐོང་གི་ཡོད། མ་གཞི་ནས་ལས་འགལ་དེ་འབྲས་ལོང་དུས་འདི་ནི་ཆོགས་
པ་ག་གོ་མོ་ཞིག་གི་ཆེ་མཐོང་ངམ་ཡང་ན་སྦྱིན་བདག་ཆེ་གོ་མོ་ཞིག་ལ་འབྲལ་སྟོན་བྱེད་ཆེད་ཡིན་པས།
རང་ཉིད་མི་གཞན་གྱི་གཡོ་འོག་དུ་ཆུད་ག་ལ་བྱང་ཞེས་རང་ཉིད་སྤང་མདོག་མདོག་གི་བསམ་སྟོ་ཞིག་

དེ་རིང་ཡང་མར་མེ་ཁྲིམ་སྒྲིལ་བའི་ཉེ་འགམ་ནས་མ་ཡོང་བར་ཁོང་ཆོའི་རྩིས་བསྟེན་ནས་བསྐྱེད་པ་མ་
ཡིན་ནམ། མཐར་གཏམ་བཤད་པས་ནང་ཆགས་ཀྱི་ཚུལ་དུ་བོད་སྐད་ནང་།“ལས་འགུལ་གྱི་རྣམ་པ་ཐོན་
མིན་དེ་ལས་འགུལ་ནང་མཉམ་ཞུགས་གནང་མཐའ་དང་དེ་དག་གི་བྱ་སྤྱོད་སྟེན་ལ་རག་ལས་ཡོད། ང་
ཆོ་བོད་པ་ཆོ་ལས་འགུལ་ནང་མཉམ་ཞུགས་མ་བྱས་ན་ལས་འགུལ་གྱིས་རྣམ་པ་ཅི་ཡང་ཐོན་གྱི་མ་རེད།
དེ་རིང་བོད་པ་དང་དབྱིན་ཇི་གཉིས་ཏེ་ལམ་མང་ཉུང་མེད་པ་འདི་རེད། འདིས་ཅི་ཞིག་མཆོན་གྱི་ཡོད་པ་
རེད་ཟེར་ན། བོད་ནང་གི་རྒྱལ་གཅེས་དཔའ་བོ་དཔའ་མོ་རྣམ་པའི་བསམ་སྒྲུའི་འཁྱེར་སོ་དང་སྤྱིང་སྟོབས།
གོ་ལ་རྒྱུ་པོ་འདིར་སྟོན་བྱུང་མ་ཅུང་བའི་རྒྱབ་སྐྱོར་བའི་སྒྲིལ་གཏོང་རིགས་ལ་དབྱིན་ཇི་ཆོའང་ངོ་མཆར་
བའི་ངང་གདུང་སེམས་མཉམ་སྦྱེད་བྱེད་གྱི་ཡོད་པ་རེད།

གལ་སྲིད་དེ་རིང་བོད་པ་ཚོས་རང་ཉིད་ཀྱི་ངོ་ཤེས་རྒྱ་གར་བའམ་དབྱིན་ཇི་རེ་བྲིད་ཡོང་སྟེ་ལས་
འགུལ་འདིའི་ནང་མཉམ་ཞུགས་གནང་། ཁོང་ཚོར་སེམས་ཚོར་གྱིས་ཀུན་ནས་བསྐངས་ཏེ་ང་ཚོའི་ཇོ་བོ་
གི་གནས་སྡངས་སྐྱོར་འབྲེལ་བཤད་བརྒྱབ་ཡོད་ན་བག་ཆགས་ག་འདྲ་ཞིག་འཛོགས་རེད། མི་ག་ཚོད་
ཅིག་འཛོམས་ས་རེད། གསལ་འགྱུར་ག་ཚོད་ཅིག་ལ་བྱབ་བྱབ་ཀྱི་རེད། ཅིས་ཚུང་བསྐད་རྗེས། གང་ལྟར་
ང་ཚོར་དཀའ་ངལ་ཡོད་ཀྱང་ང་ཚོས་ཚོར་བ་བསྐྱགས་ནས་འདུག་རྒྱ་གཏན་ནས་མེད། ལྷབས་ཆེ་བའི་རྣམ་
ཤེས་དེ་དག་གིས་ང་ཚོར་རེ་བ་དང་ཡིད་ཆེས་ཀྱི་སྒོང་ན་གཟིགས་ནས་བཞུགས་ཡོད། ད་དུང་ཁོང་ཅག་གི་
ཤུལ་དུ་ལུས་པའི་.....ཞེས་སོགས་སྟོབས་པ་དང་ལུན་པའི་ངང་ཆོས་ཚོམ་དང་ཆགས་སོགས་ཅི་ཡང་མེད་
པར་རྒྱ་རྒྱག་རྒྱག་འཆད་བཞིན་པ་དེས་དོན་གྲུབ་ཀྱི་ན་ཅོག་ཆ་བེར་བེར་ཞིག་ཏུ་བཏང་། དེར་ཡོད་མཁན་
ཚོས་བཟུངས་ཅི་ཞིག་ཁྱེད་བཞིན་པ་ལྟར་དལ་ཅག་གེར་ཡོད་པའི་བྲིད་དོན་གྲུབ་ཚུང་དོགས་མི་བདེ་ནའང་
རྟེན་འཇུག་ལག་འཇུག་གིས་ཨ་ཁྱེད་སྐུ་ལ་བཟང་གི་ཁང་པའི་སྟོགས་སུ་སོང་། སྟོ་འགྲམ་ནས་རང་ལུས་ལ་
གཙང་གཤེར་ཅིག་བྱས་ཏེ་སོག་མར་སྐྱོད་ཆ་ཅི་ཞིག་བཤད་དགོས་པར་གྲ་སྒྲིག་ཅིག་བྱས་རྗེས། སྟོབས་པ་
ཆེན་པོས་སྟོ་ཡོལ་བཀྲག་པ་ན་ཤུལ་དུ་སྟོ་སྟོགས་རྒྱུང་རྒྱུང་ཞིག་པར་འགུལ་རྒྱུར་འགུལ་བྱེད་བཞིན་འདུག་
ལ། རྣམ་པ་དེ་ནི་བྱིས་པ་བསམ་མེད་ཅིག་གིས་སྐྱབས་དེའི་དོན་གྲུབ་ཀྱི་བཟོ་ལྷ་མཐོང་ནས་རང་དབང་
མེད་པར་གད་མོ་ཤོར་བ་དང་གཉིས་སུ་མ་མཆིས། རྒྱུང་ཅམ་རྗེས་གྲུབ་ཞིག་གིས་"བྲིད་རང་གིས་སྐུ་ལ་
བཟང་འཆོལ་གྱི་ཡོད་དམ།" "ཡོད།" "ཁོང་ཅན་རྩི་སྒྲར་སྒྲན་ཁང་ལ་བྱིན་སོང་བས་གཅིག་བྱས་ན་ཉིན་
འགའ་འགོར་གྱི་རེད་"ཟེར། དོན་གྲུབ་ཀྱིས་ལ་ལགས་ཀྱི་ལན་ཅི་ཡང་མེད་པར་མགོ་བོ་དུང་ཅིང་རིང་བྱང་
མི་མཉམ་པའི་གོམ་པ་རེ་སྟོ་བཞིན་བྱིར་ལོག། དཔལ་བོའི་རྩི་རིང་གི་འགྲམ་དེར་དབྱིན་ཇི་འགས་ནང་
མི་སུ་ཞིག་ལ་འདུན་བྱེད་པ་དང་འདྲ་བར་ཐར་ཐོར་དུ་སོང་བའི་མར་མེ་རྣམས་དག་སྒྲིག་བྱེད་ཀྱིན་འདུག་
ཁོང་ཚོའི་གི་མ་སྟོང་མི་སྟོམས་པའི་མིག་བྱང་གིས་ནད་པ་ཞིག་གམ་ཡང་ན་ར་བཟི་ཞིག་ལ་སེམས་ཁྱར་
ལེན་པ་དང་འདྲ་བར་དོན་གྲུབ་ཀྱི་རྒྱབ་གཟུགས་ལ་ཅེར་ནས་འདུག། སྟོང་ཉིག་ཉིག་གི་གོམ་ཁ་དེ་དང་
སྟོན་དུ་དོན་གྲུབ་ཀྱི་བསམ་སྟོང་མག་མོག་ཞིག་ལས་མ་འདས། ལམ་བྱེད་ཅམ་ལ་བསྐྱེབས་པ་ན་གནམ་
རྒྱན་མས་སྟུག་ལུས་ཅི་ཞིག་བསྐྱན་མ་སྐབ་པ་ལྟར་ཆར་བ་ཤག་ཤག་ཏུ་བབས། ཁོས་ལམ་འགྲམ་ནས་ཆར་
གདུགས་བཟུང་སྟེ་ཡར་མར་ལ་རྒྱག་འགྲོ་མཁན་དག་མཐོང་བས་རང་ཉིད་ཀྱང་ཆར་གྱིས་བསྐྱན་ཡོད་པ་

ཆོད་དག་ཐོད་གཞི་ནས་ཆོང་ཁང་ཞིག་གི་སྒོ་ཁར་འདྲུལ་ཏེ་ཆར་ཞོད་མ་ཐང་བར་དུ་གཟུར་ནས་བསྟན།

མདང་དགོང་དོན་གྱུ་གིས་ཐབས་བཀོད་གཞན་ཞིག་རྟེན་ཡོད་པ་འདྲ། དེ་རིང་རྩོས་འབྲུག་གི་
ཞུན་པས་ཆམ་པ་ཞིག་ཀྱང་སྟོན་ཡོད་ནའང་ཞོགས་པ་སྔ་མོ་ནས་རྟོག་ལ་རྒྱང་ཐང་དུ་འགོ་བར་གྱ་སྒྲིག་
ཕྱིན་གྱིན་འདུག། ཡིན་རྒྱ་ནི་སྟོན་ཆད་ཁོའི་དགེ་ཆན་ཡིན་པ་ཤེས་རབ་དགའ་ཆལ་སྟོབ་སྒྲིང་གི་ཆན་ཆེ་
འཕེལ་བེར་བའི་སར་འགོ་གི་ཡོད་པ་ཐག་གིས་ཆོད། དགེ་ཆན་དེ་བྱམས་བཅེ་ཅན་ཞིག་ཡིན་ལ་ལྷག་དོན་
གསར་འཕྱར་ཆོར་རོགས་ཕྱིན་རྒྱར་དགའ་བ་ཡོངས་གྲགས་ཡིན་ཡང་དོན་གྱུ་ལ་དམིགས་བསལ་གྱི་
འབྲེལ་བ་གང་ཡང་མེད། འོན་ཀྱང་། ཁོང་གིས་རོགས་རམ་གནང་ངེས་ཡིན་སྟུང་པའི་རེ་བ་ཆེན་པོ་ཞིག་
སེམས་གྱི་བྱར་ལ་བསྟུལ་ནས་ཡོད་པ་རེད། དགེ་ཆན་དེ་ནི་ཏ་ཅང་བྱང་མ་ཞིག་ཡིན་པས་དོན་གྱུ་སྟེབས་
མ་ཐག་དགའ་བའི་འདྲུམ་གྱིས་བསྟུས་ཏེ་རྩ་རྒྱས་ཆད་ལྷན། དེ་ནས་དོན་གྱུ་གིས་བཤད་པའི་སྐད་ཆ་ལ་
བསམ་སྟོན་ཅུང་བཏང་རྩིས་ཏ་ཅང་གསང་བ་ཡིན་མཛད་གིས་སྟོར་ཆིག་སྟོང་ཐམ་པ་ལག་དུ་བཞག་པ་དང་།
"འདི་གཞན་ལ་མ་ཤོད་བསྐྱོན་ཆབ་ཀྱང་སྟོད་མི་དགོས་"ཞེས་ནན་བརྟེན་བྱས། དོན་གྱུ་གིས་སྒྲགས་ང་
དུ་འདྲུམ་པའི་རུལ་ཆུ་འབྱེན་ཞོར་ཡར་ལངས་ཏེ་ཐུགས་རྩི་ཆེ་དང་བཀའ་དྲིན་ཆེ་དགུ་ཅིག་ཅིག་ཞུས་ཀྱང་
ཕར་འགོ་ཁར་ད་དུང་མདང་རྒྱག་ཅིག་གི་ནང་ལྷང་ནས་བསྟན་ཡོད། དགེ་ཆན་ཁོང་ལའང་ཁག་མེད་དེ་
སྟོན་ཆད་དུལ་སྟེ་མཁན་འགའ་རེས་དུས་སུ་མ་སྟོད་པ་སོགས་གྱིས་སྟེས་དམན་དང་ཁོང་གཉིས་དབར་
ཁ་ཅོད་ཀྱང་ཤོར་ཐོང་། དོན་གྱུ་གི་དུལ་ཆ་ཆང་བསྟོམས་པའི་སྟོར་ཉིས་སྟོང་ཉིས་བརྒྱ་མ་གཏོགས་མེད་
པས་ད་དུང་ལྷ་སྟོན་མའི་ཁང་སྤྲུལ་ཡང་འདྲང་གི་མེད། སྐབས་དེར་རང་གི་ལག་ན་ཡོད་པའི་ནོ་ཁས་ཡུ་
རྟགས་ཅན་གྱི་ཁ་པར་དེ་ཡང་བསྐྱར་བཅོང་རྒྱ་དྲན། ཁོས་དེར་ཡོད་ཀྱི་སྟོབ་མ་ཆོར་བསྟན་པའི་ནང་པོ་
གསར་ཞིག་གིས་ཡང་ཡང་བསྟོར་ར་བརྒྱབ་པ་དང་ཆོགས་ཐུན་རྩིས་མ་བར་སྟུག་དགོས་པའི་རེ་བ་བཏོན།
རྒྱ་ཆོད་གཅིག་ལྷག་འགོར་བ་ན་གྲོགས་པོ་ཞིག་དང་མཉམ་དུ་ལྟ་རུ་ཡོང་སྟེ་གོང་ཆད་གཏམས། དོན་གྱུ་
གིས་དེར་སང་ང་ལ་དཀའ་ངལ་འབྲད་མེད་ན་སྟོར་དུག་སྟོང་ཅན་གྱི་ཁ་པར་སྟོན་མེད་གསར་བ་ཞིག་
ལས་སྤྱོད་པོ་འདི་འདྲར་མི་བཅོང་ཆུལ་བཤད། ཁ་པར་དེ་ནི་ལོ་གཅིག་གི་སྟོན་དེར་ཨ་ཁང་རྒྱ་གར་ལ་ཡོང་
སྐབས་ཁོ་ལ་ལེགས་སྟེས་སུ་ཉོས་པ་དང་ཉེ་སྟོན་ལྷ་གཅིག་ལྷག་གི་སྟོན་ནས་ཁ་པར་ནང་དུལ་སྟོན་བྱས་
མེད་སྟེབས་དེར་སང་ཁོའི་ཁ་པར་དེ་རྒྱ་ཆོད་ཀྱི་ཆབ་བྱེད་པ་ལས་གཞན་དེ་ཅམ་བེད་སྟོད་མེད། གང་ལྟར་
ཡར་མར་བཤད་པའི་རྩིས་ལ་དོན་གྱུ་གི་ངོ་ཤེས་ཤིག་གིས་རོགས་རམ་ལ་བརྟེན་སྟོར་ཆིག་སྟོང་བདུན་
བརྒྱ་བྱས་ནས་བཅོང་སྟབ་པ་བྱང་།

ད་ནངས་ཞོགས་པར་ཁང་བདག་ལ་ལྷ་སྟོན་མའི་ཁང་སྤྲུལ་རྩིས། རང་ཉིད་གྱིས་དོན་ཆེན་ཅི་
ཞིག་གྱུ་བའི་ཆུལ་གྱིས་གྲོགས་པོ་ཞིག་དང་ལྟན་དུ་བྱ་ཁང་ནང་སོང་།

གསུམ།

ད་མཆམས་དོན་འབྲུག་ལ་ས་ཡུལ་ནས་དུལ་འཕྱར་ཡོད་པས་དེ་རིང་ཡང་གྲོགས་པོ་འགའ་དང་

ལྷན་དུ་ཐུགས་སྒྲིག་པ་དང་བཞིན་འདུག རབ་བརྟན་ལ་མཆོད་ན་འདི་ནི་ཉིན་བཅུ་གངས་ཤིག་གི་ནང་ཕྱི་
 རྒྱལ་ལ་འགྲོ་མཁན་དང་པ་ཡུལ་ལ་ལོག་མཁན་གྱི་གྲོགས་པོ་ཆོ་དང་ལྷན་དུ་ཐུགས་སྒྲིག་བྱུང་བ་ཐེངས་
 བཞི་བ་དེ་ཆགས་གྱི་ཡོད། "སྤྱི་པོ་རང་ཉིད་ཀྱིས་མ་བྱས་ན། སྤྱི་པོ་རང་བཞིན་གྱིས་མི་ཡོང་བེར་བ་
 རེད། དེ་རིང་ང་ཆོས་སྤྱི་པོ་ཡག་ཐག་ཆོད་ཅིག་བྱེད། སང་ཉིན་ནས་བྲལ་འགྲོ་གི་རེད་མོད་"ཅེས་ཡར་
 ལངས་པའི་གྲོགས་པོ་ཞིག་གིས་ཤེལ་མོར་ཚུར་བཏེགས་ཏེ་བཤད། རབ་བརྟན་གྱིས་"འདི་ལྟར་གྲོགས་པོ་
 རེ་རེ་ཐག་རིང་ལ་ལམ་འདུག་བྱེད་རྒྱ་ནི་ངའི་ལས་སྒྲུལ་ཡིན་པ་འདྲ་"ཟེར། "འདྲོམས་པའི་མཐའ་མ་བྲལ་
 འགྲོ་བ་འདི་ཉིད་ཉིད་ཆོས་ཉིད་རེད། དེ་ལ་བསམ་སྒྲོ་མང་པོ་གཏོང་རྒྱ་ཅི་ཡོད་"ཅེས་བསམ་ནམས་གྱིས་
 སྒྲོ་ལོག་ཆེ་མདོག་གིས་བཤད། རྟོན་གྲུབ་གྱིས་གྲོགས་པོ་ཆོར་ཁག་ཡང་གི་ཚུལ་དུ་"ང་ཆོ་མི་འགྲུངས་པར་
 མོ་བྲང་པོ་རྒྱ་ལའི་མདུན་ནས་ལྷན་འདྲོམས་ཡོང་བར་སྒྲོན། ཡ་ལ་ཞབས་བཏགས་" ཞེས་ཆང་མས་ཤེལ་
 མོར་གསུགས། "གྲོགས་པོ་སེམས་སྤྱར་མ་བྱེད། ཕྱི་རྒྱལ་ལ་མ་ཐར་ན་ང་ཡང་མགྲོགས་པོར་པ་ཡུལ་ལ་ལོག་
 གི་ཡིན། ས་སྐྱུག་འདི་ནས་ངོ་མ་ཁ་སོས་ས་མ་རེད། རོ་བོ་རིན་པོ།" "མེ། ད་དུང་ང་། ང་ཡང་པ་ཡུལ་ལ་
 ཡོང་གི་ཡིན་དྲ། དེ་དུས་ང་ཆོད་དུ་ཁྱོད་ལ་སྒྲོར་བ་ཞིག་རྒྱག་གི་ཡོང་མ་ཐུབ་ན་ང་ལ་ཕྱི་མིན།" "ཏ་ཏ་
 " "ཏ་ཏ་"འདི་ལྟར་ཁོང་ཆོས་དུང་སེམས་དང་སྒྲོ་གཏམ་མི་ཉུང་བ་ཞིག་སྤྱི་ཆང་དང་མཉམ་དུ་འཐུར་ཅིང་སྤྱི་
 ཆང་དང་མཉམ་དུ་འཐུངས་པས་ད་མཆོམས་འགའ་རེས་ར་རོའི་ཆོག་གསལ་ལ་མི་གསལ་བ་རེ་ཕྱིར་སྐྱུག་
 ཡོང་གི་འདུག སྒྲོ་སྤྱང་གི་དུས་ཆོད་ནི་མི་ལམ་ཐུན་གཅིག་དང་འདྲ་བར་སྤྱང་ཅིག་གིས་རྒྱུགས་ཟིན་པས་
 རྒྱལ་དུ་ལུས་པ་ནི་སྒྲོ་སྤྱང་གི་ཁ་སྒྲོན་ཅུ་མ་རེད། འཆོ་བ་འདི་ཅི་འདྲའི་ཆ་མ་སྒྲོམས་པ་ཞིག་དང་དགོད་པོ་
 བ་ཞིག་རེད་ཨང་།

ཉིན་འགའི་སྒོན་ལ་དོན་གྲུབ་སྒྲོར་སུམ་སྒྲོང་ལྷག་གི་ཆོད་དུ་བསམ་གཞིག་གི་མལ་སར་སྤྱང་
 བ་དང་ཡར་མར་ལ་འདུར་རྒྱག་བྱས་པ་སོགས་ནི་སྐབས་དེའི་གནས་ཀྱི་མས་ཀྱང་ཤེས་ཡོད་ཆོད་ཡིན།
 འོན་ཀྱང་། དེ་རིང་ཆུ་ཆོད་ཁ་ཤས་རིང་སྒྲོར་སུམ་སྒྲོང་མ་ཟེན་ཅུ་ཆེས་སྒྲོད་བྱེད་དུས་ཁོ་ནི་རྒྱབ་སྐྱེགས་
 རྒྱབ་བསྐྱེས་མའི་སྤྱི་ཆོང་བ་རྒྱ་ཆེན་ཞིག་དང་འདྲ་བར་སྤྱང་དག་གང་ཡང་མི་འདུག ཉིན་གཅིག་གི་
 ལས་དོན་འདི་ལྟར་མཆུག་བསྐྱུས་ཟིན་པས་དོན་གྲུབ་ཀྱང་རང་གནས་སུ་ལོག།

ཅི་ཞིག་གི་རྒྱུན་ནམ་ཕྱི་ཉིན་སྤྱི་པོ་ནས་དོན་གྲུབ་གཉིད་ལས་སད་པས་རྟ་ལྷང་བདུན་གྱིས་རི་
 ལུང་འདིའི་སྤྱི་ཆོང་འདུགས་མ་དགྲུགས་པའི་སྒོན་ལ་ཁོ་རང་ཁང་ཐོག་དུ་བྱད་དེ་རྟ་སའི་ཡུལ་སྤྱི་ཆོངས་ལ་རྒྱང་
 ལྷ་ཞིག་བྱེད་འདོད་སྤྱི་ཆོངས། ཞོགས་པ་འདིར་གནས་གཤེས་བསེལ་ལ་ཁ་དབུགས་གཙང་བ། དེའི་ཀྱང་འདིར་
 སྤྱི་ཆོང་མའི་བཞིན་རས་ལ་ས་རྒྱལ་གྱིས་གཡོགས་པ་མེད་པར་གསལ་ལ་དྲངས་ཆ་ལྷན་པས་སེམས་ཁམས་
 གྱི་སྒྲོ་མོ་ཁད་གྱིས་བྱེ་སྤྱི་ཆོང་དབང་ལ་དགའ་བདེའི་སེམ་པ་སྤྱི་ཆོངས། སའ་སོབ་གྱི་སྤྱི་ཆོང་དཀར་ནར་མོ་རེ་ནི་
 མཁའ་དབྱིངས་སུ་རྒྱུ་ལ། བསེལ་འདུག་གི་རྒྱང་བྱ་ཡང་མོ་རེ་འང་མཆོམས་དང་མཆོམས་སུ་སྤྱི་ཆོང་བར་བྱེད།
 ད་དུང་བྱ་བྱེད་ཀྱིས་སྤྱི་ཆོང་གྱུར་སྤྱི་ཆོང་པ་དེ་ནི་གནས་མཆོག་འདིའི་དགེ་མཆོད་སྤྱི་ཆོང་བར་བྱེད་པའི་
 ཁོལ་བ་དང་འདྲ། རི་ཆོད་ཡོངས་ལ་སྤྱི་ཆོང་དཀར་པོ་རི་མ་མེད་པ་ཞིག་དལ་གྱིས་གཡོ་འགུལ་བྱེད་

བཞིན་འདུག་ལ། གནམ་ཀན་མས་གནང་བའི་ཞལ་ཆབ་ཀྱིས་ཡང་ཡང་གཙང་བསྟུས་བརྒྱབ་པའི་ནགས་
 ཆལ་སྟུག་པོ་དེ་ནི་པར་རིའི་ལ་ཐོད་ན་སྒྱུ་ཤིག་གིས་མཛེས་ཉམས་ཀྱིས་ཁངས་འདུག འདི་ནི་རོ་མ་ཤམ་
 ལུ་དཀར་པོ་ཁྱོད་པའི་གཞོན་ནུ་མ་ཞིག་གིས་དབུ་སྒྲ་སེལ་ལེ་རྒྱབ་ལ་གཡུགས་ཏེ་ཆུ་ལྷའི་ཕྱོགས་སུ་སྒྲིག་
 འགྲོས་བྱེད་པ་དང་ཨ་ན་མ་ན་རེད། ཏུས་ཆོད་ཀྱིས་གཏན་ཁེལ་བྱས་ཏེ་དོན་གྲུབ་དེད་ནས་ཡོང་ཏུས་ཁོ་ལ་
 ར་སའི་ཡུལ་ལྗོངས་འདི་སྤར་ལས་ཀྱང་ཐེ་མཛེས་ཐེ་ཡག་གི་སྤང་བ་ཞིག་སྒྲིགས། ཏུས་ཆོད་ནི་ཐམས་ཅད་
 ཁ་བྲལ་ལ་གཏོང་མཁན་གྱི་གདོན་འདྲེ་ཞིག་དང་འདྲ་བར་གར་ཡོང་མི་ཤེས་པའི་ངང་མདའ་ཆེ་ཐུང་བ་དེ་
 ཆུ་ཆོད་ལྷ་པའི་ཐོག་ཐོན་ཡོད་ལ་ཁོའི་དགའ་ཉེ་སྒོ་དཀར་འགས་ཀྱང་རྒྱངས་འཁོར་ས་ཆོགས་ན་སྒྲིག་ནས་
 བཟད་ཡོད།

དོན་གྲུབ་ནི་ར་སའི་ལྷ་སྒྲོར་བ་ཞིག་དང་འདྲ་བར་ཚུར་ཡོང་ཏུས་དང་པར་འགྲོ་ཏུས་གཉིས་ཀར་
 རྒྱབ་ཁྱུག་གཅིག་མ་གཏོགས་འཁུར་རྒྱ་མེད། རྒྱངས་འཁོར་ཀྱིས་དུང་བརྟེན་བརྒྱབ་པ་དང་མཉམ་དུ་
 གྲོགས་པོ་ཆོས་རང་ཉིད་ཀྱི་ལྷ་དཔེ་དྲངས་གཙང་གི་སེམས་པ་མཆོན་པའི་ཁ་བཏགས་རེ་དོན་གྲུབ་ཀྱི་སྒྲེ་
 ལ་སྒྲོན་ཞོར་ཤབ་ཤུབ་ཀྱི་སྒྲིང་ཆ་རེའང་འཆད་ཀྱིན་འདུག དེ་རིང་ས་ཡུལ་ལ་འགྲོ་མཁན་གཞན་ཡང་ཡོད་
 པ་འདྲ་སྟེ་ཨ་མ་རྒྱངས་འཁོར་གྱི་འགྲམ་ནང་སྒྲེལ་མ་བྱེད་མཁན་དང་ཁ་བཏགས་འཐེན་མཁན་སྒྲོར་རེ་
 མཐོང་རྒྱ་འདུག འདི་དག་ཡོད་དོ་ཅོག་གིས་གདོང་ལ་འཛུམ་མདངས་ཤིག་བཙན་ཀྱིས་སྤྱད་ཀྱིན་ཡོད་
 པ་ལས་པན་ཚུན་གྱི་སེམས་པ་ནི་སྒྲིག་སྒྲིན་འཐེབས་པའི་རྩ་ལུང་ཐེ་བཞིན་ཏེ་ཅང་བན་བྱན་ཞིག་ཏུ་སྤྱར་
 ཡོད་པ་ཐག་གིས་ཆོད། ད་མཆམས་དོན་གྲུབ་ཡོད་སའི་རྒྱངས་འཁོར་དེ་དལ་ཀྱིས་མི་ཆོགས་དང་རིང་དུ་
 ཀྱིས་བཞིན་གདའ། དོན་གྲུབ་ཀྱིས་སྒྲེའུ་ཁུང་བརྒྱད་བདེ་མོའི་ལག་པ་གཡུག་གཡུག་བྱེད་པ་ལས། བརྒན་
 ཀྱིས་ཟིན་པའི་མིག་བྱང་ནང་ཆོར་འདུ་སྤྱར་མོ་ཞིག་འཁྲིགས་ཏེ་རྒྱང་རིང་ལ་ལྷ་བའི་ཤེད་ཀྱང་མེད་པར་
 ཐུར། འཕུལ་འཁོར་གྱི་ཏུས་སྐབས་འདིར་འགྲལ་བཞུད་བྱེད་པ་ནི་སྒྲོར་མདའ་འཕང་བ་དང་འདྲ་བས་དོན་
 གྲུབ་སྒྲུ་རིངས་དང་པོ་འགྲོགས་མཆམས་དེར་ལྷེ་ལེར་འབྱོར། དེ་ནས་གང་མགྲོགས་རྒྱ་མིའི་གཞུང་ཆབ་
 ཁང་ལ་ལམ་ཡིག་ལེན་པར་བརྒྱགས། ཁོ་ཐོན་ཏུས་སྒོ་འགྲམ་གྱི་ཨང་གངས་དེ་དུག་ཅུ་རེ་དུག་པར་ཁེལ་
 ཡོད་པས་འགྲོ་ལུགས་ལྷར་ཨང་གངས་ཁྱེར་ནས་ཕྱིར་ཐོན།

ཡང་བསྐྱར་རྒྱ་ཆོད་བརྒྱད་དགུ་ཞིག་གི་སྟེང་པར་སོང་ནས་ཉིན་རྒྱབ་རྒྱ་ཆོད་གསུམ་པའི་ཐོག་ལོ་
 བྱེད་སྟོན་ནས་ཐོ་འགོད་བྱས་པའི་ལམ་ཡིག་དེ་རྟག་ཐུབ་ཅམ་བུང་། ཡིན་ཡང་ཁོའི་སེམས་སུ་སྟོན་ཆད་རྩ་
 རི་དང་གངས་རི་བརྒྱད་ནས་ཐོས་བྱོལ་དུ་ཡོང་བ་ལས་ཀྱང་ཨ་ཐང་ཆད་པའི་སྤང་བ་ཞིག་སྒྲིགས། ད་ཅུང་དེ་
 རིང་གི་ཀན་ཀོན་ལོ་དུག་ཅུ་བདུན་ཅུ་ཅན་དང་ཆུང་ཆུང་ལོ་བཅུ་གངས་ཅན། དགོན་པའི་གྲུ་བ་དང་སྟོབ་
 གྲུའི་སྟོབ་མ། སྤྱི་ཆོགས་ཀྱི་ཤེས་ཡོན་པ་དང་ལས་མེད་རང་འདྲ་བའི་རིགས་ཀན་དར་གཞོན་གསུམ་དང་
 སེར་སྒྲུ་དབྱེར་མེད་ཀྱིས་རྒྱ་གཞུང་གི་ལམ་ཡིག་ཞུ་བཞིན་པའི་ནམ་པ་དེས་ཁོ་ལ་ཏུས་རྒྱན་དང་མི་འདྲ་
 བར་ཆོད་ཆོད་ལ་བསམ་སྟོག་ཏོང་དགོས་པ་ཞིག་བཙོས་སོང་།

ཆུང་ཤོས་ལོ་འདྲི་ལ་བཟུང་ཆེན་པོ་ཁོ་རྒྱུ་ལ་བཞུགས་པོ་ཡོད། ཁོང་ཆོ་ཆང་མས་རང་
ཉིད་ཀྱི་འཆོ་བ་ཞིག་བསྐྱུ་ལ་ཏེ་པ་མ་དང་ཆུང་ཆད་དུ་ལྷན་པོ་ལ་ནམ་ཡིན་རུང་པ་མའི་ཕྱོགས་ནས་ཁོ་
བཟང་ཁོ་ན་ཐོབ་ཐབས་བྱེད།

པ་བྱམས་པས་ཀྱང་རང་ཉིད་ཀྱི་ཆུ་རེའི་སྒྲ་ཕོགས་དང་མཉམ་དུ་གཞུང་ནས། ཆེད་དུ་རྒྱ་པ་སྤྲད་
པའི་ཆབ་དུ་དུལ་འབྱེད་ཏེ་རང་བྱིས་དུ་འབྱོར་བ་དང་བྱ་སྤྱུག་ཆོ་ཆུར་སྤྲད་བཏང་སྟེ། མཉམ་འདྲེས་ཀྱི་
རིན་ཐང་འདྲིལ་པར་བྱེད། དེ་རིང་ཡང་ཁོ་པ་བྱིས་དུ་འབྱོར་ཏེ་བྱ་སྤྱུག་ཆོ་འབྱོར་པའི་ཆོ་ན་བྱ་སྤྱུག་དག་
དང་བཟུང་ཆུས་ཀྱང་འབྱེད་བཅོས་ཀྱི་མེ་ཏོག་ལྟར། འདྲམ་ཤིག་ཤིག་བྱིས་དུ་འབྱོར་ཏེ་གཡས་ལྷ་གཡོན་ལྷ་
བྱེད་པ་དང་། པ་མ་གཉིས་ལ་འདམ་བཤད་དགོད་འདྲམ་གྱིས་ངོ་ཁ་བསྐྱུ་བར་བྱེད། རྒྱུ་ཞེགས་གཙོ་བོའི་
སྤྲོད་དུ་གཅིག་མཁས་གཅིག་རྒྱས་ཀྱིས་གཞག་པར་བྱེད་ཅིང་། དུས་ལུན་གང་འཆམ་ཞིག་གི་ནང་པ་མ་
གཉིས་ཀྱི་དུལ་ལེན་ཞིང་ཁ་ལག་ཀྱང་སྤྲང་གིས་ཤ་ལ་རམ་པ་ལྟར་པ་མ་བྱ་སྤྱུག་གི་དབྱེ་མཆམས་འབྱོར་
ལ་ཉེ། པ་བྱམས་པ་ཉིན་ཞིག་ལས་ཀར་སྤྲོད་པའི་སྐབས་ལམ་བྱར་ཞིག་ན། རོ་གདོང་རྟེན་པས་གང་པའི་
བྱ་ཆུང་ཞིག་གིས་ལྷམ་ལ་ཆེ་གཏོང་བཞུགས་པོ་ཡོད་པ་མཐོང་བས། ཁོང་གཉིས་པན་ཚུན་རྒྱས་ལོན་བྱས་ཤིང་།
བྱམས་པས་ཁོ་པར་དམིགས་ལུལ་རྟེན་པས་མི་ཆེན་ཞིག་དང་བྱམས་སེམས་ཅན་ཞིག་བྱ་ཆུང་འདྲོད་པ་
ཡོད་པར་བརྟེན་པས། བྱམས་པ་དགའ་བ་ཆད་མེད་དུ་སྐྱེས་ཏེ་རང་བྱིས་དུ་བྱིད་ཅིང་ཁོའི་བཟུང་ཆུས་ཁོ་
པའི་ལུས་འཁྲུག་ཞིང་གྲོ་ཆས་ལེགས་པར་གཡོགས་པ་དང་། སློབ་གྲྭ་གཏོང་འགོ་བཙམས། དེ་ནས་
ཆུང་བད་ཆེར་ལོངས་རྟེན་བྱེད་ཆུལ་དུ་སློབ་གྲྭར་བཏང་བས། སློབ་སྦྱོང་གི་གྲུབ་འབྲས་ཡང་ཆེར་སོན་པ་དང་
དེ་ནས་སློབ་མཐར་ཕྱིན་པའི་དགའ་ཆོར་དང་བཅས་ཁོ་པས་ནང་ལ་ཁ་པར་བཏང་། པ་མ་གཉིས་ལ་རང་
ཉིད་དགའ་རོགས་ཆོས་འདྲེས་ཟེར་བའི་བྱ་མོ་ཞིག་ཡོད་སྟོར་བཤད་ཅིང་། པ་མ་གཉིས་ཀྱིས་དེ་དག་
མོས་མཐུན་ཡོད་མེད་ལ་བཀའ་འདྲི་ཞུས་པས་པ་མ་གཉིས་ཀྱིས་ཀྱང་མོས་མཐུན་བྱས་ཏེ་ནམ་ཞིག་མཉམ་
འདྲེས་ཀྱི་ཉིན་འབྲེལ་བྱེད་རྒྱུར་བསམས་ཏེ་བསྐྱུགས་ནས་བསྐྱུད།

ཉིན་ཞིག་པ་བྱམས་པ་ན་ཆོད་ཀྱས་པས་གཞུང་གི་སྤྱི་གཞི་ལྟར་ལོ་ཆད་བཀལ་ནས། ཀན་ཡོལ་
སྤྲོད་དགོས་བྱུང་བས་ནང་ལ་ལོག་ཅིང་། རང་གི་བཟུང་ཆུ་དང་སྤྲོད་མོལ་བྱས་མཐར་བྱ་སྤྱུག་ཆོ་དང་མཉམ་
དུ་འཆོ་བ་བསྐྱུ་ལ་རྒྱུར་སྤྲོས་ཐག་བཅད། བྱ་སྤྱུག་ཆོས་ཀྱང་པ་མ་གཉིས་ཀྱི་རེ་བའི་འདྲོད་པ་ལྟར་བྱེད་པས་
ཡིད་ཆེས་ལ་སྤྲོ་ཆ་འདྲོང་།

ཁོང་གཉིས་ཀྱིས་ཉིན་ཞིག་བྱ་སྤྱུག་ཆོར་མགོན་འབྱོར་བྱས་ཏེ་ཁ་ལག་གྲ་རྒྱས་པོ་སྤྱིགས་ཤིང་།
བྱ་སྤྱུག་དང་བཟུང་ཆུ་ཆོས་སྤྲང་ཡང་དུལ་འབྱོར་བྱེད་ཏེ་རེ་འདྲོད་ཀྱིས་རམས་ནས་འབྱོར་བ་དང་། པ་
མ་གཉིས་བྱ་སྤྱུག་ཆོ་དང་ལྷན་དུ་ཁ་ལག་བོས་ཆར་མ་ཐག་བྱམས་པ་ཡིས་ཐུར་མ་མཐུན་འདྲིལ་སྤྲོད་དུ་
བཞག་ཅིང་། རེ་བའི་མིག་མདའ་བྱ་སྤྱུག་ཆོར་ལྷ་བཞུགས་པོ་དང་ཀན་ཡོལ་ཞུས་ཆར་བ་ཡིན། བྱ་སྤྱུག་ཆུང་
དུས་པ་མས་གསོ་སྦྱོང་བྱས་ནས་ད་ཆར་པ་མ་ཀྱས་དུས་བྱ་སྤྱུག་ཆོས་ཆུར་རོགས་རམ་བྱེད་དགོས་རེད།

ཞེས་ཆོག་མཚུགས་མཚོན་གྱི་གོང་ཁོང་ཆོ་ཆང་མ་མེས་ཆོག་པའི་ཁང་པ་མཐོང་བ་བཞིན་འཕྲོམ་མེར་གྱི་
ཞིང་། གང་འཆམ་རྩེས་བྱ་བྱུག་ནམས་ཁང་ཆུང་གཅིག་གི་ནང་དུ་འཕྱུལ་ཏེ་གྲོས་བྱས། “ངས་བྱས་ན་གཅིན་
པོ་ཁྱེད་རང་ཆུང་ཤོས་རེད་” “མ་རེད་ཁྱེད་རང་ཆུང་ཤོས་རེད། འདི་ག་རྟེན་ལུགས་ལྟར་བྱེད་དགོས་པ་མ་
རེད་དམ། ཁྱེད་ལ་བཟའ་ཟླ་མེད་པས་པ་མའི་ཞབས་ཁུ་བསྐྱབ་རྒྱའི་འོས་བབ་དང་པན་ཐོགས་ངེས་ཡིན་
པས། ངེས་པར་དུ་ཁྱེད་རང་གིས་རོགས་རམ་གྱིས།”ཞེས་པ་ནི་བསོད་ནམས་ཀྱི་སྐད་ཆ་རེད། “ད་ངས་ཉར་
ཐུབ་ས་མ་རེད། ངའི་བུ་སྟོབ་ལྟར་གཏོང་ཅིས་ཡོད།”ཅེས་བཤད་དེ་ཟླ་བ་བུར་ཞིག་ན་ཅོག་བྱར་བསྟན། དེ་
ལྟར་ཁོང་ཆོ་གཅིག་གིས་གཅིག་ལ་བཀའ་ནས་རྒྱ་མཆན་བརྗོད་བཞིན་བསྟན་པས། པ་མ་གཉིས་ཀྱིས་
བསམ་པར་པལ་ཆེར་བྱ་བྱུག་ནམས་ཀྱིས་ང་གཉིས་ཉར་རྒྱའི་ཆང་ག་རྒྱག་གིན་ཡོད་ངེས་སྟེ་དགའ་
སྤང་གིས་པན་ཆུན་ལྟ་བུར་བྱེད། གང་འཆམ་རྩེས་བྱ་བྱུག་དང་བཟའ་ཟླ་ཆོའི་ངོ་གདོང་གསེར་བསྐྱུགས་
པའི་ཆོང་པ་བཞིན་ངོ་གནག་ནས་ཕྱིར་ཐོན་བྱུང་བས། པ་མ་གཉིས་མཐོང་བ་དང་མིག་གཉིས་འབྱུར་
ཆུགས་སུ་བཞུགས་ཏེ། གཅིག་ལས་གཅིག་དཀའ་ངལ་ཡོད་རབ་སྤྱོད།

པ་མ་ཉར་མི་ཐུབ་སྟོར་བཤད་ཅིང་པ་མ་གཉིས་ཀྱིས་རེ་བའི་མིག་བྱང་འདབ་མ་བྱུམ་པར་བྱས་
ཤིང་བྱ་བྱུག་ཆུང་ཤོས་དེར་ཁ་ཕྱོགས་པའི་ཆོ། “པ་ལགས། ང་རང་ཁེར་རྒྱུད་གི་འཆོ་བ་སྦྱིད་པ་མ་ཟད། ད་
དུང་ང་རང་ལ་ཁྱི་ཞིག་གསོ་རྒྱུ་ཡོད་པས་པལ་ཆེར་དཀའ་ལས་ཁག་པོ་རེད།” ཅེས་སྐད་གདངས་རིམ་
བཞིན་དམའ་བྱ་གྱུར། “ང་ཆོས་ཁྱེད་རང་གཉིས་བདུན་ཕྱག་རེར་རེས་མོས་བྱས་ནས་ཉར་རྒྱུ་ཡིན།” ཞེས་
བྱ་ཆུན་པས་སྤྱོད་པས་པ་མ་གཉིས་ཀྱི་སེམས་པའི་བར་ན་ཐོག་བརྒྱབ་པ་ལྟར་གྱེས་བྱལ་གྱི་མ་ཁའི་ན་བྱུག་
རྒྱས་ནས། འབྲལ་མི་ཡོད་པའི་ལྟ་མེད་སེམས་པ་གཉིས་གཅིག་གིས་གཅིག་ལ་ལྟ་བཞིན་རང་སྦྱིས་ཀྱི་བྱ་
བྱུག་ལ་ལ་མཆན་སྦྱིས་ཤིང་མཆི་མའི་རྒྱན་ཐག་བསྟོར་བར་བྱེད། བྱ་བྱུག་ཆོ་ཕྱི་ཕྱོགས་སུ་བསྐྱོད་པ་དང་པ་
མ་གཉིས་ལོ་ན་ཆས་པས་བཅེ་དུང་རོལ་མི་ཆོག་པ་ལྟར་འཕྱ་སྦྱོད་བྱེད་པ་དང་སྐད་ཀྱི་ཆུགས་ཆེན་པོས་པོས་
ནས་རང་བྱིམ་དུ་བསྐྱོད་རྒྱུར་བྱེད། མཛེས་སྤྱུག་གི་ཁོར་ལུག་དེས་ཁོང་གཉིས་ལ་སྦྱེལ་མ་བྱེད་ཅིང་། ཁྱི་
དཀའ་བོ་དེས་ལམ་སྟེ་འདྲེན་པར་བྱས། སྟོ་ཕྱིར་བྱུང་པ་དང་པ་མ་གཉིས་མི་འདོད་བཞིན་དུ་ཉག་ཉག་ལམ་
ལྟོག་ཕྱོགས་སུ་ཁ་བྱལ་ཏེ། པ་བྱུམས་པ་བྱ་གཞོན་པ་ཟླ་བས་འཁྲིད་པ་དང་། མ་སྟོལ་དཀའ་བསོད་ནམས་
ཀྱིས་སྤངས་འཁོར་ནང་བརྒྱག་ཅིང་ཁོ་གཉིས་ཀྱི་སྤངས་འཁོར་ནང་ནས་ཕྱིར་བཞུགས་སྟོག་གིན་སོང་པས།
གཡས་གཡོན་གྱི་མི་ནམས་ཀྱིས་ཁོང་གཉིས་ལ་ཁྱེལ་དགོད་བྱེད་པའི་ཁོད་ནས་རྒྱུང་རིང་དུ་བར་མཆམས་
ཆད།

སྐབས་རེ་བྱ་བྱུག་ཆོས་དུས་ཆོད་བཀའ་བ་དང་། མཆམས་རེ་པ་མ་གཉིས་བདུན་ཕྱག་རེ་ཉག་ཉག་
ལ་བརྗེ་པོ་རྒྱག་མ་ཐུབ་པས། ཁོང་ཆོས་ཅོད་སྤེང་བྱས་ཏེ་པ་མ་གཉིས་ལ་དོན་མེད་རྒྱུད་བཞུན་ནས་ཆོག་
རྒྱབ་སྤྱོད་པ་དང་། ཡང་ལན་རེ་བཟའ་ཟླས་མི་འདོད་པའི་ནམ་འཁྱར་ཤུར་ཤུར་བསྟན། རྒྱན་དུ་མ་སྟོལ་དཀའ་
སྟོད་སའི་ཆོ་མོ་དེས་ཀྱང་རང་གི་ཆོ་མོ་ལ་མིག་ལྟོག་ལྟ་བུར་། མཐོང་ཆུང་བྱེད་ལ། མི་ངན་དང་མཉམ་དུ་
འབྱམས་ཏུལ་བྱས་པས། ཆོ་མོས་མཐོང་བས་ཁ་ཏྲ་བྱས་ཀྱང་ཁོ་མོ་ངར་ཏེ་རྒྱབ་ནས་ཆོག་ངན་བརྗོད། མཆན་

མོ་ཞིག་ལ་ཁོ་མོའི་གྲོགས་པོ་མི་ངན་དེས་ཁོ་མོར་ངན་སེམས་བཅངས་པའི་སྐབས་དེར་མོ་མོས་བསྐྱབས་པར་བརྟེན། དུས་དེ་ནས་བཟུང་ཁོ་མོས་རང་གི་མོ་མོར་འཛིན་པའི་བསམས་པ་འགྱུར་ཏེ་དགའ་སྡང་གུས་ཞབས་བྱེད་བཞིན་གནས།

ཕ་བྱམས་པ་དང་མ་སྒྲོལ་དཀར་གྱིས་ནམ་ཡིན་རུང་མཆན་བྱི་པོར་བྱ་བྱག་ཆང་མ་ཉལ་ཆར་བ་དང་། ཁ་པར་གྱི་གཏམ་ལ་རོལ་ནས་གྱིས་བྲལ་གྱི་ན་ཟུག་མིག་རྒྱ་བཞུར་བར་བྱེད། ཐེངས་ཤིག་ལོགས་གནམ་གང་དགོང་མོར་ནང་མི་མཉམ་འདྲེས་གྱིས་ཐུགས་སྒྲོག་ཏོང་བའི་སྒོལ་དེ། ཕ་བྱམས་པ་ཡིས་རང་གི་གྲོགས་པོ་ཀུན་དགའི་ང་ཁང་དུ་ཁང་སྟོང་ཞིག་ཡོད་པ་དེར་གཏོང་རྒྱུ་འདྲི་བ་བཏོན། ད་དུང་ཁོས་དེའི་ནང་ཚུམ་འབྲི་བཞིན་ཡོད། ཉིན་དེར་ཁོ་པས་ཕྱིར་ཁ་ལག་མ་ཐོས་པར་བྱིས་དུ་ལོག་སྟེ། རང་གི་བྱ་བྱག་དང་མཉམ་དུ་དགོང་ཟས་རོལ་ཕྱིར་ལོག་ཡོང་། འོན་ཀྱང་བྱ་བྱག་དང་བཟའ་ལྗང་ནམས་ཕྱིར་ཟ་ཁང་དུ་བསྐྱོད་པས་རང་ཉིད་ལ་ཅི་ཡང་ཟ་རྒྱུ་མེད་པའི་མཆན་མས་དེར་སྒྲོལ་དཀར་གྱི་ཁ་པར་བསྐྱབས་པས། ཁོ་པས་སྐྱག་བསྐྱལ་ཁོག་དུ་ཉར་ཞིང་དགའ་སྡང་ལྡན་པའི་གཏམ་སྒྲུབ་བྱས་པས། ཁོ་མོས་“ཁྱོད་ཀྱིས་དེ་རིང་ཁ་ལག་དེ་རིང་ཐོས་པ་ཡིན་ནམ། ཐུག་པ་ཞེ། མོག་མོག་” ཅེས་དྲིས། ཁོས་“མ་རེད་མ་རེད་ཤ་རྟོག་བཅོས།”ཞེས་ཁོ་པས་བཤད་བཞིན་ཁ་ནས་ཅག་ཅག་བྱེད་པ་དང་མོར་པ་ཡར་འདུད་མར་འདུད་བྱས་ཏེ་སྦྱིད་པོའི་ནམ་པ་ཞིག་བསྟན་ཀྱང་ཁོ་མོས་སེམས་ནང་མཛོན་ཤེས་མཁྱེན་པ་ལྟར། “ཁྱོད་ཀྱིས་རྒྱན་བཤད་ཤེས་ཀྱི་མི་འདུག་ཐུར་མ་མོར་པར་ཐུག་རྒྱུ་མང་དགས་སོང་།”ཞེས་སྒྲོལ་དཀར་གྱིས་མིག་ནས་མཆི་མ་བཞུར་བཞིན་སྒྲས་པས། ཁོ་པ་བྱེད་ཐབས་ཟད་ནས་ཁོ་མོར་སེམས་པ་སྦྱིད་པོ་ཡོང་བའི་སྐད་དུ་སྐད་བྱངས་ལེན་གྱིན་དཔུལ་བ་ལྟ་བུའི་མཆན་མོ་རིང་པོ་ཞིག་བསྐྱལ།

ཉིན་ཞིག་དཔུལ་ཁང་ནས་བྱམས་པས་དཔུལ་རུང་ཟད་བཅོལ་ཡོད་པ་དྲན་ཏེ་རང་གི་བཟའ་ལྗང་ཁ་པར་བཏང་ཞིང་ཁོ་གཉིས་ཐུག་འཕྲད་བྱས་པ་དང་། ཁོང་གཉིས་ཐུག་མ་ཐག་སྐྱག་རུམ་ཁོད་ནས་མ་བྱ་ཐུག་པ་བཞིན་དམ་པོར་འཐམས་ཏེ་སྤྱོད་སྐབས། གཡས་གཡོན་གྱི་མི་ནམས་གྱིས། བ་སོ་ཆས་པའི་མི་ཞིག་ཡིན་ཕྱིན་བཅེ་དུང་གི་སྒོ་སྤང་ཕྱོད་མི་ཆོག་པ་ལྟར་འཕྱ་སྤྱོད་དང་ཁྱེལ་དགོད་བྱས་པས། སྒྲོལ་དཀར་མོ་རང་མི་བདེ་བར་གྱུར་ནས་རང་གི་ལག་པ་ཐུད་ཐབས་བྱས་ཏེ། “གཡས་གཡོན་ན་མི་མང་པོ་འདུག་” ཅེས་བཤད་པས། ཁོས་“ཅི་ཡོད་ང་རང་གི་བཟའ་ལྗང་འཐམས་ན་མི་ཆོག་པ་གང་ཡོད་རེད།”ཅེས་བཤད་ནས་མོའི་ལག་ཟུང་ཕྱིར་འཕུད། དེ་ནས་ཁོ་གཉིས་ས་ཐག་རུང་རིང་བའི་གོང་ཁྱེར་ཞིག་ན་བསྐྱོད་ཅིང་། དེར་ཁོང་གཉིས་ཀྱིས་ཆང་ས་བརྒྱབ་རྗེས་ཐེངས་དང་པོའི་ཐུགས་སྒྲོག་ཏོང་སའི་ཟ་ཁང་དེ་མཐོང་། འོན་ཀྱང་དེ་ནི་ཐེངས་དང་པོའི་ཁང་རྒྱུང་དེ་མིན་པར་ཤེས་སྒྲོལ་ཅན་གྱི་ཐོག་བཅེགས་ཁང་ཆེན་གྱུར་མོད། འོན་ཀྱང་ཟ་ཁང་གི་སྒོ་བྱང་དེ་རང་སོར་བཞག་འདུག ཁོང་གཉིས་ནང་དུ་འཇུལ་བ་དང་ཆོང་གཉེར་བ་ཞིག་ལ་དེ་སྟོན་འདྲིར་ཁོང་གཉིས་ཐུགས་སྒྲོག་བཏང་ཕྱོད་བའི་སྒྲོར་བརྟེན། སྒོ་བྱང་འགྱུར་མེད་ཁང་ཆེན་ལ་བསྐྱོད་ཅིང་སྤྱོད་པའི་སྐབས་དེར་སྦྱིན་བདག་དེ་འབྱོར་ཏེ། དང་པོའི་ཆོང་ཤག་རྒྱུང་པ་དེ་ཡིན་པ་དོ་ཤེས་ནས་མཆན་མོ་དེའི་རིང་ཁོ་གཉིས་ལ་རིན་མེད་ཐོག་གང་དགའ་གང་སྦྱིད་ཀྱི་ཐུགས་སྒྲོག་བཏང་།

ཕྱི་ཉིན་སྐྱེ་རིངས་ཀྱི་དྲུང་བར་མ་བཟང་གི་བར་དུ་ཁོང་གཉིས་ཀྱིས་མཆན་མོའི་གཏམ་ཆུང་རིང་
མོ་དེ་རྒྱལ་པར་བྱས། ཟུང་དེ་ནས་ཕྱིར་ཐོན་པ་དང་། ཆོང་ཁང་ཞིག་གི་ནང་སྒངས་འཁོར་རྒྱུ་ལྟོག་
ཡོད་པ་མཐོང་བས་ཆོང་གཉིས་པས་མགོ་བསྐྱོར་ནས་ཁོ་གཉིས་ལ་སྒངས་འཁོར་གཏོང་འདུག་པ་སོགས་སྣ་
ཆོགས་བྱས་པ་དང་། མཐའ་མར་ཉོ་དགོས་པའི་བཅན་ཤེད་སོགས་བྱས་པས་ཁོང་གཉིས་ལ་ཉོ་བྱེད་དཔལ་
མེད་ལ། འདོད་པ་ཡང་མེད་པས་ལྟ་བུ་མ་ཡིན་མོད། ཆོང་གཉིས་པ་དེས་ཆོག་རྩལ་སྣ་ཆོགས་བརྒྱུད་པའི་
སྐབས་སུ་སྒོ་བྱར་དུ་མི་ཞིག་ཡོང་ནས་མི་དེར་འགྲམ་ལྷག་ཆ་པོ་ཞིག་གཞུས་པས་བྱམས་པ་ཁོང་གཉིས་
ཀྱིས་ལྟ་སྐབས། ཁོང་གཉིས་ཀྱིས་གསོས་པའི་བྱ་སྤྱད་བསྟན་འདྲིན་ཡིན་པ་ཤེས་ཏེ། དམ་པོ་འཐམས་ནས་
ཆོང་གཉིས་པས་དེར་བསྟན་འདྲིན་གྱིས་མིག་འབྱར་ཚུགས་སུ་བལྟས་ཏེ། “སྐྱེས་པའི་ས་མ་མེད་ཀྱང་།
གསོ་པའི་ས་མ་རིན་ཆེན་ཡིན།” ཞེས་བཤད་པས། ཆོང་གཉིས་པས་“སྐྱེན་བདག་ལགས། ངས་ཁྱོད་ཀྱིས་
མ་ཡིན་པ་ཤེས་མ་སོང་།” ཞེས་བཤད་པས། བསྟན་འདྲིན་གྱིས་“ཡོད་ཆད་ལ་གྱས་ཞབས་དང་དྲང་བདེན་
ཀྱི་ཆོང་བརྒྱབ་དགོས་པ་རེད།” ཅེས་ལབ་པའི་སྐབས་སུ། “བྱ་ཁོང་ལ་ཁག་ཡོད་པ་མ་རེད། ལས་གནས་ལ་
མ་གཞུགས་ཨང་།” ཞེས་པ་བྱམས་པས་དེ་ལྟར་གསུངས་པས། བྱ་བསྟན་འདྲིན་གྱིས་དང་ལེན་བྱས་ཏེ་ས་
མ་གཉིས་རང་བྱིམ་དུ་གདན་འདྲེན་བྱས་ནས་ལྟོད་ལྟོད་ངང་བཞུགས་བརྒྱལ།

ཞོགས་པ་སྤྱི་པོར་ས་བྱམས་པ་ཁོ་གཉིས་ཡར་ལངས་ནས་ཡོང་བའི་སྐབས་དེར་བྱ་བསྟན་འདྲིན་
དང་བཟའ་ལྷ་ཆོས་འདྲིམས་གཉིས་ཞལ་འདོན་སྒྲོར་བཞིན་ཡོད་པ་དང་། མཆོད་ཁྲིའི་སྒྲིང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་
སྐུ་འབྲང་དང་མཉམ་དུ་ས་མ་གཉིས་ཀྱི་པར་སྐྱར་ཡོད་པ་དེ་མཐོང་ནས། ས་བྱམས་པས་“སངས་རྒྱས་ནི་ནམ་
ཡང་གོང་མ་ཡིན་དུས་ས་མའི་པར་དེར་མ་སྐྱར།” ཞེས་བཤད་པས། བྱ་བསྟན་འདྲིན་གྱིས་“པ་ལགས་ནི་
ངའི་ངོས་ནས་ཁྱོད་དགོན་མཆོག་ཡིན་ལ་སངས་རྒྱས་ཀྱང་དགོན་མཆོག་ཡིན།” ཞེས་ཞུས་རྗེས་ཁོང་ཆོ་
མཉམ་དུ་ཞོགས་ཟས་བཟའ་བར་སྒྲོད། སྐབས་དེར་ས་བྱམས་པ་ཟུར་ཞིག་ལ་སྒྲོད་ཅིས་བྱེད་དུས། བྱ་བསྟན་
འདྲིན་གྱིས་ས་དེར་གཙོ་བོར་བཞུགས་དགོས་པའི་རེ་བ་བརྟན་པ་དང་། མ་ཡང་ཁོང་གི་ཟུར་དུ་བཞག་
ནས་ས་མ་གཉིས་ནམ་ཡིན་དུང་འབྲལ་མེད་ཡིན་པའི་གནས་ལུགས་རྟོགས་པ་ལྟར་བྱས་པས། ས་བྱམས་
པ་རང་ཉིད་ཀྱི་བྱ་གཞོན་པ་ལྷ་བའི་འགྲམ་དུ་སྒྲོད་པའི་དུས་ལྟར་ཁ་ལག་བཟུང་བའི་མཆོམས་དེར་བཟའ་ལྷ་
རྒྱལ་སྤྲེགས་གཙོ་བོའི་སྒྲིང་ཁྲོ་བོ་མ་གཏོགས་གཞན་སུ་ཡང་འདྲིག་གི་མེད་པའི་གནས་ཚུལ་གོ་སྟོན་པ་དེ་
དཔེ་ནས་མཆོ་ཞགས་འཁོར།

སྐབས་དེར་བྱ་སྤྱད་ཆོས་བྲེལ་འཁྲུབ་འཁྲུབ་ཀྱིས་ས་མ་འཆོལ་བཞིན་པའི་མཆོམས་དེར་སའི་
གྲོགས་པོ་ཀུན་དགའ་དང་ཐུག་པས་གྲོགས་པོས་ཀུན་དགའ་ཡིས་ལས་རྒྱ་འབྲས་མེད་པའི་བྱ་སྤྱད་དེ་དང་
ལ་ཆོག་རྩལ་སྣ་ཆོག་མཐོང་མི་འདོད་པའི་གཏམ་སྒྲིང་བ་དང་། རང་ལ་ཡང་བྱ་སྤྱད་མེད་པའི་བསོད་
ནམས་ཤིག་གི་བདེ་སྤང་དེ་མ་སྒྲོས་ཀ་མེད་དུ་ཁྱུར་པས། བྱ་རྒྱམས་རུང་བཟང་གོ་སྟོན་སྐྱེས་ཀྱང་བཟའ་ལྷ་
གཅིག་ལས་གཅིག་སྤྱད་རྒྱལ་ཆེ་བས་རང་གི་ས་མའི་བྱས་འབྲས་སྒྲིང་བཞིན་བྱད་སོང་།

དེ་ནས་ས་མ་གཉིས་ཀྱང་དེར་བསྐྱེབས་པས་གོགས་པོ་ཀུན་དགའ་ཡིས་ཁོ་པའི་བཟའ་ཟླ་མཐོང་
བ་དང་བསྟོད་ཅིང་། ཁོ་པས་དྲག་ཏུ་བྱ་འོས་དང་བསྟོད་འོས་ཤིག་ཡིན་པར་སླེང་མོལ་བྱེད་ཀྱིན་ནང་
ཏུ་འཇུག་པ་དང་། གཡས་གཡོན་གྱི་གོགས་པོ་ཆོད་པུ་ཕྱག་ཁ་ཤས་ནས་བྱམས་པར་རོགས་པ་བྱས་ཏེ། ཁོ་
པས་བྲིས་པའི་སྒྲུང་དེ་བ་ཕྱི་རྒྱལ་ཏུ་སྐད་གྲགས་ཆོད་དེ་ཁོ་པས་ཀྱང་མཛད་སྒྲོར་ཐེབས་རྒྱུ་ལ་ཏུ་
ཡོང་།

ཕྱི་ནིན་ཞོགས་པར་ཆོགས་ཁང་ཆེན་པོ་ཞིག་གི་ནང་མི་སྣ་གྲགས་ཅན་ཏུ་མ་གོར་གོར་ཆུང་ཆུང་
མང་པོ་བཟོས་ཏེ། མདུན་འཛོག་སྟེང་གི་སྟེང་མེད་རས་དཀར་བཏིང་ཡོད་པ་དང་དེའི་ནང་ཤེལ་དཀར་གྱི་
མོར་པའི་ནང་སྟེང་མེད་པའི་ཤིང་རྟོག་ཁུ་བ་སྒྲགས་ཡོད་ལ། གཡས་གཡོན་གྱི་མི་སྣ་ཐམས་ཅད་རོག་དོར་
འཇུག་པའི་གདོང་ལས་འདྲེན་བྱེད་བྱེད་གིས་མདུན་གྱི་སྟེང་ས་ཆའི་སྟེང་གི་རང་གི་སྒྲོ་གར་ལྷན་པའི་མི་
ཆོད་ལོ་རྒྱུས་རིང་མོ་འབྲི་མཁན་གྱི་ཆོས་པ་པོ་རྒྱུ་པོ་དེས་ཁོང་གི་བཟའ་ཟླར་ལྟ་བཞིན་མཆིས། ཁོ་པའི་
བུ་ཕྱག་ཆོ་ཡང་མཐོང་སྟེ་རོ་ཆ་མེད་པས་དེར་འཛོམས་ཡོད་པས་གཙོ་སྟོང་བས་སྟོམ་པ་པོའི་ལོ་རྒྱུས་སྟེང་
མཁན་ཁོང་གི་བུ་ཕྱག་ཞིག་འབོད་རྒྱུ་ལ་ཤུམ་བཤད་གནང་བས་བུ་ཕྱག་ཆོང་མས་བུ་རྒན་ཤོས་དེ་ཡིན་
ཤག་དང་། ཁོ་པས་ཀྱང་རོ་ཆ་བྲལ་བའི་སྟོབས་པ་ཞིག་གིས་ཡར་ལངས་ཏེ་ཡོང་སྐབས་གཙོ་སྟོང་བས་བུ་
བཞུན་འཛིན་ལགས། ཡར་ཐེབས་རོགས།” ཞེས་སྒྲུས་པས་བུ་རྒན་པ་བསོད་ནམས་ཕྱིར་བཤེལ་གྱིས་གོམ་
འགྲོས་འབྱར་འབྱོར་ངང་རྒྱབ་སྟེགས་སྟེང་བཞུད།

དེ་ནས་བཞུན་འཛིན་གྱིས་ས་མའི་ལོ་རྒྱུས་བཤད་ཅིང་རང་ཉིད་དུ་ཕྱག་ལས་བསྐྱབས་ནས་བདེ་
སྦྱིད་ཀྱི་འཆོ་བའི་ལམ་སྟེ་སྟོན་པར་བྱིན་ཆེན་ཏུ་བསམ་པ་དང་། བ་དང་མ་གཉིས་ན་སོ་ཆས་ཀྱང་བཅེ་དུང་
ནི་ནམ་ཡང་དར་ལ་བབ་ཞིང་ལང་ཆོ་ལྷན་པ་ཞིག་ཡིན་པས་བཅེ་མཐོང་དང་། རང་དབང་སྟེར་གྱིན་ཡོད་
སྒྲོར་སྒྲུས་པས་མི་རྣམས་ཀྱི་ཐལ་སྒྲུའི་ཁྲོད་ཁོང་ཆོ་བུ་གསུམ་དགའ་སྟོའི་མཆི་ཞགས་འཁོར་ཞིང་འཐམས།
བུ་དགའ་ལེན་པ་དང་དེ་ནས་རིམ་བཞིན་སྟེང་ས་ཆའི་སྟེང་ནས་མི་ཆོགས་ཁྲོད་ཏུ་ཡོང་བའི་སྐབས་སུ་བུ་
ཕྱག་རྣམས་གྱིས་ས་མ་གཉིས་ལ་འབོད་ཀྱང་བྱམས་པས་སྟངས་མེད་བཏང་བས་ཁོང་ཆོས་མ་སྟོལ་དཀར་
གྱི་ལག་ནས་འཇུག་ཏེ། དགོངས་པ་དངས་པའི་རེ་བ་ཞུས་ཀྱང་། ཨ་མས་”ས་གང་ཏུ་བསྟོད་ཀྱང་ང་ཡང་
དེའི་ཕྱགས་སུ་ཡོད། དེད་གཉིས་ནི་སྤྱག་ན་སྤྱག་མཉམ་དང་གསོན་ན་གསོན་མཉམ་ཡིན།” ཞེས་མདུན་
ཏུ་སྟོད་སྐབས་ས་བྱམས་པའི་བུ་ཟླ་པའི་ནང་ཏུ་སྟོད་ཏུས་ཁོ་པའི་ཆ་པོ་ཆུང་ཆུང་དེས་དགའ་སྟངས་དང་
ཁ་ལག་སྟོག་ཏུ་སྟངས་པ་སོགས་བྱས་ཏེ་ཉེ་པོ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པས་ད་ཐེངས་མི་ཆོགས་ཁྲོད་ནས་བུ་ཕྱག་ཆུང་
ཏུ་དེས་བྱམས་པར་བོས་བྱུང་བས། ཁོ་པ་རང་དབང་མེད་པར་ཕྱིར་ཆ་བོར་བཞུས་ཤིང་འཐམས་འབྱུང་བྱེད་
བཞིན་མར་སྟོད་པའི་ཆོ། ཆ་མོ་ཡང་བསྐྱེབས་ཏེ་རང་གི་ཆོ་བོར་འཐམས་པས་འབྲེལ་བ་གཅིག་ནས་བཅད་
ཀྱང་གཅིག་ནས་མཐུད་དེ་བསྐྱེབས་པས་ས་བུའི་འབྲེལ་བའི་སྒྲུང་སྟེ་ནམ་ཡིན་ཅུང་འཐུད་ནས་ཡོད་པར་
བརྟེན་བུ་ཕྱག་ཆོད་འཁྱོད་བཤགས་དགོངས་དངས་ཞུ་དགོས་བྱུང་བ་རེད།

ནང་ཆོས་དགོན་སློབ་མཁུ་བསྟན་འཕེལ།

དབྱིན་ཡིག་དགོན་རིག་འཕེལ།

རོ་སློབ་མཛོད་བསྟན།

སློབ་ལོ།

སློབ་ལུ་ལ། གཙང་སྤྱ་ཁུ།

ཤེས་ཡོན་གྱི་ལོ་རྒྱུ།

༡༩༩༣ ལོར་དམངས་བཅུགས་སློབ་གྲུ་ཁུ།

༡༩༩༤ ལོར་དབེན་དགོན་དགོན་པའི་ཆོས་སློབ་

ཁུ།

༡༩༩༤ ལོར་འཕགས་ལུ་ལ་དུ་བཅུན་བྱོལ་ལ་ཡོང་།

༡༩༩༥ ལོར་རྟ་ས་མཆོན་ཉིད་སློབ་གྲུ་ཁུ།

ནས་གཞུང་ཆེན་ཁག་དང་སྤྱན་སྤྱུ་སོགས་

བརྟ་སློབ་གྱི་གཞུང་ལའང་སློབ་གཉེར་བྱེད་འགོ་

བཅུགས།

༢༠༠༣ ལོར་པར་བྱེན་རབ་འབྱམས་པ་ཐོན།

༢༠༠༤ ལོར་དབུ་མ་རབ་འབྱམས་པ་ཐོན།

༢༠༠༥ ལོར་རིས་མེད་སློབ་དཔོན་ཐོན།

༢༠༠༦ ལོར་གསང་སྤྱགས་གྱི་གཞུང་ལ་སློབ་གཉེར་

བྱས།

༢༠༠༧ ལོར་གདན་ས་ཆེན་པོ་དཔལ་ལྷན་འབྲས་

སྤངས་སུ་དགོ་བཤེས་གྱི་དམ་བཅའ་བཞག།

༢༠༠༨ ལོར་ས་རྩ་མཐོ་སློབ་དུ་ནང་ཆོས་སློབ་

དཔོན་གྱི་ལས་འགོ་བཅུགས།

རོ་སློབ་མཛོད་བསྟན།

སློབ་སྐྱེད། ༡༠ ༠༩

སློབ་ལུ་ལ། ལ་དུགས་སློ།

སློབ་སློབ་གྱི་བཟུང་རིམ།

༢༠༠༧ ལོར་འཛིན་གྲུ་བཅུ་གཉིས་ཐོན།

༢༠༠༧ ལོར་NIIT ནས་སློབ་ཁྲད་སློབ་སློབ་བྱས།

༢༠༠༩ ལོར་B S C ཟེང་ལོར་གཙུག་ལག་སློབ་གཉེ་

ཁང་ནས་ཆོན་རིག་གཙུག་ལག་རབ་འབྱམས་པ་ཐོན།

༢༠༠༩ ལོར་ཉི་ཉོང་དུ་དབྱིན་ཇི་དང་བོད་ཡིག་དགོ་ཆོན་

བྱས།

༢༠༠༩ ལོར་B M ཞེས་པའི་Company ནང་ལས་

ཀ་བྱས།

༢༠༠༩ ལོར་ZEPPELENE ཞེས་པའི་Company

ནང་ལས་ཀ་བྱས།

༢༠༠༩-༢༠༡༠ ལོར་OCWEN Financial Bank

ཞེས་པའི་དུལ་ཁང་Company རོགས་སློབ་ཁུ་ཁུ་

གྱི་སློབ་བདག་དུལ་ཁང་ནང་ལས་ཀ་བྱས་པ་དང་། ལས་

མི་གསར་པ་སློབ་བརྟ་སྤྱད་ཁུ་ཁུ་གནས་རིམ་གོང་མའི་

ལས་ཀ་བྱས།

༢༠༡༠ ལོར་ས་རྩ་མཐོ་སློབ་དུ་དམའ་རིམ་དགོ་འོས་ཐོན།

༢༠༡༡ ལོར་ས་རྩ་མཐོ་སློབ་གྱི་དབྱིན་ཇི་དགོ་ཆོན་དང་།

IGNOU ཆོན་པའི་འབྲེལ་མཐུད་པའི་ལས་གནས་གཉིག་

སྤྱགས་བཅས་འཁུར་སྤྱས་ལགས།

༢༠༡༡ ལོར་བོད་བྲིས་སློབ་བྱུར་ཆོགས་པའི་ས་རྩ་ས་

གནས་གྱི་དཔལ་འབྱོར་གྱི་འབྲེལ་མཐུད་པ་བྱེད་བཞིན་

ཡོད།

༢༠༡༩ ལོར་ MA in English ཐོན་གྱི་ཡོད།

ཀྱི་ཡིག་དགོན་ཆེ་དབང་ས།

རོ་སྤྱོད་མདོར་བསྟུ་ས།

སྤྱི་ལུ་ལ། ལྷ་ས།

སྤྱི་སྐར། ༩ ༡༩

ལོ་རྒྱུ་འབྲུག་རིམ།

༡༩༩༩_༡༩༩༠བར་ལྷ་ས་སྤྱོད་རས་སྤོབ་ཆུང་དུ་སྤོབ་གྲུག་ས།

༡༩༩༩_༡༩༩༩བར་ཁྱིམ་དུ་ནད་གསོས་ནས་བསྟུ།

༡༩༩༩_༡༩༩༩བར་ལྷ་ས་སྤོབ་འབྲེང་དང་པོར་འཛིན་རིམ་བདུན་པ་ནས་བཅུ་གཉིས་བར་སྤོབ་གྲུག་ས།

༡༩༩༩_༡༩༩༩ ཆེད་ལས་མཐོ་རིམ་སྤོབ་གྲུའི་སྤོབ་ཁྲུང་ཆོན་ཁག་དུ་སྤོབ་གཉིས་བྱས།

༡༩༩༩_༢༠༠༡བར་ལྷ་ས་སྤོབ་འཕྲིན་ཅུས་འཕོད་བརྟུང་དུ་ལས་ཀར་ཁྱུག་ས།

༢༠༠༡_༢༠༠༩བར་པོད་ལྗོངས་བརྟན་འཕྲིན་ལས་ཁུངས་ཆུང་འཕྲིན་བརྟན་འཕྲིན་ཆགས་བར་ཁང་དུ་ཚོམ་སྤོབ་པ་དང་ཡིག་འབྲུག་གི་ལས་ཀ་བྱས།

༢༠༠༩ལོར་བཅོན་གྲོལ་དུ་ཡོང་ནས་ཤེས་རབ་དགའ་ཆལ་སྤོབ་སྤྱིང་དུ་སྤོབ་སྤྱིང་མཐར་ཕྱིན།

༢༠༠༩_༢༠༠༩ལམ་ཆང་ཡེ་ཤེས་རབ་རྒྱས་སྤྱིང་བཅོན་དགོན་དུ་པོད་ཡིག་དགོན་ཆོན་བྱས།

༢༠༠༩_༢༠༡༠ བར་བླ་ཀྱི་ boxuin.com གྱི་ཀྱི་ཡིག་གྱི་ཚོམ་སྤོབ་པ་དང་གསར་འགོད་པ་གཅིག་སྤོབ་བྱས།

༢༠༡༠_༢༠༡༡ བར་པོད་རྒྱ་པམ་བསྐྱར་གྱི་ནང་ཆོས་གྱི་སྤོབ་གཉིས་བྱས་པ་དང་སྤྱུགས་ཆེ་གཉིས་གྱི་རིང་དཔེ་སྟོན་སྤོབ་གྲུའི་ཀྱི་ཡིག་དགོན་ཆོན་བྱས།

༢༠༡༡ལོ་འགོར་འབྲེལ་བ་ལས་ཁུངས་སུ་བྱ་བ་གཉིས།

༢༠༡༡ ལོ་ནས་ས་རྒྱ་མཐོ་སྤོབ་དུ་ཀྱི་ཡིག་དགོན་ཆོན་བྱེད་སྤོབ་བཅས་ལགས་སོ།

ལོ་རྒྱུས་དགོན་གཙང་ཕྱག་སྦྱོར་ལ།

རྫོགས་མཛོད་བསྐྱུས།

མེད། གཙང་ཕྱག་སྦྱོར་ལ། (བྱང་བ་དག་རིག)

སྦྱེས་ཡུལ། བོད་ཕྱོད་ས་ངམ་རིང་རྫོང་ཆུ་ལོག་ཤང་ཁང་གསར་ཁྱོད་ཆོལ་བྱར་ཁང་།

ཤེས་ཡོན།

བྱི་ལོ་ ༡༠༡༡_ནས་བོད་གཞུང་ཤེས་རིག་ལས་ཁུངས་ཀྱི་སྦྱིག་ཞུགས་མ་ཡིན་པའི་རིགས་གཅིག་ཀྱང་འཛིན་ཞིབ་འཇུག་

སྦྱོར་ལ།

བྱི་ལོ་ ༡༠༠༣_༡༠༠༥ ས་རྩ་བོད་ཀྱི་མཐོ་རིམ་སྦྱོར་སྦྱོར་གཉེར་ཁང་ནས་མཐོ་རིམ་རིག་གནས་རབ་འབྱམས་པ་ཐོན།

བྱི་ལོ་ ༡༠༠༥_༡༠༠༧ ས་རྩ་བོད་ཀྱི་མཐོ་རིམ་སྦྱོར་གཉེར་ཁང་ནས་འབྲིང་རིམ་དགོ་ཡོས་ཐོན།

བྱི་ལོ་ ༡༠༠༠_༡༠༠༣ ཤེས་རབ་དགའ་ཆལ་གླིང་དུ་བོད་དབྱིན་གཉིས་ལ་སྦྱོར་གཉེར་བྱས་ཤིང་བོད་ཡིག་མཐར་ཕྱིན་

འཛིན་གྲུ་ཐོན།

བྱི་ལོ་ ༡༩༩༣_༡༩༩༧ བོད་ཕྱོད་ས་གཞིས་ཅེ་ས་གནས་ངམ་རིང་རྫོང་སྦྱོར་གྲུ་འབྲིང་པ་ཐོན།

བྱི་ལོ་ ༡༩༩༧_༡༩༩༩ ངམ་རིང་རྫོང་ཆུ་ལོག་ཤང་ཆང་སྦྱོར་གྲུ་ཆུང་པ་ཐོན།

ལས་གནས།

བྱི་ལོ་ ༡༩༩༧_༡༩༩༩ བོད་ཕྱོད་ས་གཞིས་ཀ་ཅེ་ས་གནས་ངམ་རིང་རྫོང་ཡག་མོ་ཤང་ལྷེ་བའི་སྦྱོར་ཆུང་གི་དགོ་ཀན།

བྱི་ལོ་ ༡༩༩༩_ནས་ས་རྩ་བོད་ཀྱི་མཐོ་རིམ་སྦྱོར་གཉེར་ཁང་གི་ལོ་རྒྱུས་རིག་པའི་སྦྱོར་དཔོན་གཞོན་ལ།

བྱི་ལོ་ ༡༩༩༧_༡༩༩༩ བཀས་ལྷན་ལས་ཁུངས་ཆེན་ཨེར་ཏེ་ནི་ཞབས་ཞུ་ལས་འདོན་ལྷེ་གནས་ཁང་གི་ཅོམ་སྦྱིག་ལ།

དམིགས་བསལ་ཉམས་སྦྱོང་།

བྱི་ལོ་ ༡༩༩༩_༡༩༩༩ རྩ་ས་ས་གནས་གཞོན་ཁུའི་ཆོགས་གཞོན།

བྱི་ལོ་ ༡༩༩༩_༡༩༩༩ ཤེས་རབ་དགའ་ཆལ་གླིང་གི་ཁ་བའི་མེ་ཏོག་ཅོམ་སྦྱིག་ལ།

བྱི་ལོ་ ༡༩༩༩_༡༩༩༩ ས་རྩ་བོད་ཀྱི་མཐོ་རིམ་སྦྱོར་གཉེར་ཁང་གི་གཞོན་ཁུའི་ཆོགས་གཞོན།

བྱི་ལོ་ ༡༩༩༩_༡༩༩༩ ས་རྩ་བོད་ཀྱི་མཐོ་རིམ་སྦྱོར་གཉེར་ཁང་གི་སྦྱི་ཁྱབ་ཀན་བདག་

བྱི་ལོ་ ༡༩༩༩_༡༩༩༩ ས་རྩ་བོད་ཀྱི་མཐོ་རིམ་སྦྱོར་གཉེར་ཁང་གི་གཞུང་བཞུད་སྦྱེད་ཅོམ་སྦྱིག་ལ།

བརྩམས་ཆོས།

ལས་ཁུངས་ཆེན་ཨེར་ཏེ་ནི་ཞིབ་འཇུག 1

ལས་ཁུངས་ཆེན་ཨེར་ཏེ་ནི་ཞིབ་འཇུག 2

ལོ་རྒྱུས་རིག་པའི་དབྱུང་གི་ཞུང་གཅིས་བརྩམས།

ཅོམ་སྦྱིག་

ལས་ཁུངས་ཆེན་བརྩམས་ཆོས་གི་བཀའ་སློབ། བོད། ༡༩༩༩ ལས་ཁུངས་ཆེན་ཨེར་ཏེ་ནི་གླིང་གི་ ལས་ཁུངས་ཆེན་བརྩམས་

ཆོས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ལས་ཁུངས་ཆེན་སྦྱི་ཁྱེད་རིམ་བྱོན་གྱི་ཉམས་ཐུག་ ལས་ཁུངས་ཆེན་སྦྱི་ཁྱེད་བརྩམས་ཆོས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་

གསར་ཆོས་སློབ་ཤིང་། འཛོལ་སྦྱེག་ ཞབས་ཞུ་དཀར་པོ། བོད་ཀྱི་རིག་གནས་བསྐྱོད་བཅས་ཅོམ་སྦྱིག་བྱས།

[illegible]

တရားရုံးချုပ်မှ ဦးစီးဦးစီးမှုနှင့် ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်ရန်
ဦးစီးဦးစီးမှုနှင့် ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်ရန်



45

འདི་རྒྱུ་མ་ཡིན་པར་འགས་ཀྱི་ཁུ་བཞེས་པའི་ལུང་ལོན་གྱི་ཕ་ཡོང་མིའི་ལང་
ཤེས་མཚོན་ཐུག་པའི་དྲི་མིན་ལུང་རྒྱུ་མ་ཡིན་ཅིང། ཨ་ཏི་པ་
དང་རྒྱ་མཆོད་ཀྱི་ཉུང་ལ་ཟུང་བའི་ལུང་རྒྱུ་མ་ཡིན་པའི་ལུང་